Med.
856

Staatl. Bibliothek
Regensburg

Med: 856

Med. 856 III. 338.

# Der Rathgeber
vor, bei und nach dem Baden,

oder

## Anweisung

zu einer zweckmäßigen Benutzung aller Arten von Bädern.

---

Zum Gebrauch für Gesunde und Kranke, welche sowohl zu Hause als an öffentlichen Badeorten die Vortheile des Bades genießen wollen.

Von

D. J. C. Meyer.

---

Pirna,
bei Carl August Friese.

[ca. 1800]

# Vorrede.

Indem ich meiner Absicht nachkomme, dem Laien ein kleines Werkchen in die Hände zu geben, in welchem er über die vorzüglichsten, den Gebrauch der Bäder und Gesundbrunnen betreffenden, Gegenstände die ihm besonders nöthige und nützliche Belehrung finden könne, schmeichele ich mir besonders einige, bei einem großen Theile des Publikums noch sehr fest haftende, auf Mangel an richtigen Begriffen sich gründende, Vorurtheile zu überwinden. Auf diese Art hoffe ich praktischen Aerzten hier und da den Weg zu bahnen, der Menschheit zum Vortheil, den Gebrauch der Bäder allgemeiner zu verbreiten.

Die engen Gränzen, welche ich diesem Werkchen setzen wollte, um nicht durch eine kostspielige Weitläuf-

tigkeit das Gemeinnützige zu verhindern, veranlaßten mich, über manche Dinge zu schweigen, welche allerdings in eine Abhandlung über Bäder gehören. Ich bitte darauf Rücksicht zu nehmen, daß ich für den Laien, nicht für den Arzt geschrieben, und dann zu urtheilen, ob es, meiner Absicht gemäß, eben die dem Laien am wenigsten wissenswerthen Dinge sind, welche ich unberührt gelassen. Hierauf berufe ich mich auch dann, wenn man mir vorwerfen wird, daß ich nichts Neues, und blos alte ausgemachte Dinge ohne Rücksicht auf Theorie gelehrt habe. Dem Laien konnte ich keine neuern, und durch die Erfahrung noch nicht den Werth der Wahrheit erlangten Meinungen zur Beurtheilung vorlegen. Meine Absicht war blos, Dinge zu lehren, von denen die Erfahrung den Grund des Zweifels bereits entfernt hatte.

## Erstes Kapitel.

### Vom Bade und seinem Nutzen im Allgemeinen.

Die gesammte Bedeckung des menschlichen Körpers, die Haut, ist ein Organ, welches mehr Aufmerksamkeit verdient, als es Manchem wohl scheinen mag. Es sind diesem Werkzeuge Geschäfte von der Natur aufgetragen, welche von dem größten Einfluß auf die ganze thierische Oekonomie sind, bei denen es sich nicht ohne Nachtheil für die Gesundheit des ganzen Körpers stören läßt, und durch welche, nachdem sie zur gehörigen Zeit beschleunigt oder gemäßiget werden, sehr viel für die Wiederherstellung der Gesundheit gethan werden kann.

Es ist die gesammte Oberfläche der Haut mit unzähligen kleinen Oeffnungen versehen, durch welche sie eine Menge zarter Feuchtigkeiten aus dem Körper hinwegschafft, welche nicht ohne Nachtheil für die Gesundheit zurückbleiben würden. Es

giebt wieder eben so viel Mündungen einsaugender Gefäßchen auf ihrer Oberfläche, welche eine Menge feiner, nützlicher und heilsamer Theilchen aus denen sie umgebenden Stoffen einsaugen und der übrigen Masse der Säfte in dem Körper beimischen sollen. Endlich ist noch die ganze Haut als die Endfläche der letzten Zerästelung des ganzen Nervensystems zu betrachten, welches sich in ihr den gesammten Einwirkungen aller äußeren Umgebungen preißgiebt, und durch sie von den angenehmen sowohl als unangenehmen Eindrücken und Reizen Nachricht erhält.

Mit Einem Worte, es ist die Haut ein Theil des menschlichen Körpers, welcher sowohl im gesunden Zustande, als auch bei allen Krankheiten, eine bedeutende Rolle spielt. Einer Menge Uebel können wir dadurch vorbeugen, daß wir die Thätigkeit der Haut immer im gehörigen Stande zu erhalten suchen. Eben so viele Uebel werden dadurch geheilt, daß wir die Thätigkeit dieses Werkzeugs wieder herzustellen suchen, wenn sie unterdrückt war, oder auch nach Beschaffenheit der Umstände widergewöhnlich zu vermehren suchen. In sehr vielen Krankheiten geben die einsaugenden Gefäßchen der Haut einen sehr geschickten Weg ab, heilsame Arzneien in den Körper zu brin-

gen, und auf diese Art der Natur sehr vortheilhaft zu Hülfe zu kommen. Sodann bietet die Haut auch dadurch, daß sie gleichsam die Oberfläche des ganzen Nervensystems in sich faßt, uns sehr erwünschte und schickliche Gelegenheit dar, heilsame Reize durch sie auf dieses wirken zu lassen, und in manchen Fällen besser und schneller zu Rande zu kommen, als es durch anhaltenderen und häufigeren inneren Gebrauch von Arzneimitteln vielleicht hätte geschehen können.

Es giebt keinen besseren und zweckmäßigeren Weg, auf die gesammte Bedeckung des ganzen menschlichen Körpers zu wirken, als das Bad. Die ganze Oberfläche des Körpers ist hier gleichförmig von den Materien umgeben, durch welche wir darauf wirken wollen. Es können die gesammten einsaugenden Gefäßchen, unter gleicher Temperatur, mit einer gleichmäßigen Menge heilsamer Stoffe in Berührung gesetzt werden, von denen wir wünschen, daß sich dem Körper etwas mittheilen möge, und die ganze Endoberfläche des Nervensystems empfindet die Wirkung des dadurch geschaffenen Reizes. Es wäre sehr zu wünschen, daß in unseren Gegenden das Bad nicht nur als Heilmittel, sondern auch als Erhaltungsmittel der Gesundheit mehr eingeführt, und nicht nur auf besondere Bade-

plätze eingeschränkt würde, wo nur Wohlhabende diese Vortheile genießen können. Schon bei den ältesten Völkern hören wir die Heilkräfte des Bades rühmen; bei den Griechen und Römern erhob es sich mit der steigenden Cultur zu einem der allgemeinverbreitetesten Gegenstände des Luxus.

Das ganz einfache lautere Bad, von ungemischtem reinem Wasser, welches durch seine Temperatur dem Körper bei der Berührung nur das Gefühl einer angenehmen Erwärmung giebt, dessen Wärmegrad unter dem des Blutes ist, kann für Jedermann als ein vorzügliches Mittel zur Erhaltung der Gesundheit angepriesen werden, und ist in mehreren Uebeln als ein treffliches Beförderungsmittel der Heilung zu empfehlen. Erstlich wird es nützlich als Reinigungsmittel der Haut: die einsaugenden und absondernden Oeffnungen, welche durch Schweiß und Fetttheilchen häufig verstopft werden, öffnen sich wieder, und können ihren von der Natur ihnen angewiesenen Verrichtungen wieder gehörig vorstehen. Die einsaugenden Gefäßchen nehmen von den Flüssigkeiten etwas in sich und tränken den Körper; wir bemerken, daß, wenn wir durstig in das Bad steigen, wir es gesättigt verlassen. Vorzüglich verdient der angenehme Reiz Aufmerksamkeit, den das Bad über den ganzen

Körper verbreitet, welcher es so häufig zu einem Gegenstande des Luxus gemacht hat; ein Gegenstand des Luxus, von dem gewiß zu wünschen wäre, daß er so manchen andern nachtheiligern verdrängte. Ein Wohlbehagen, das sich über den ganzen Körper verbreitet, wenn wir in ein solches Bad steigen, schmeichelt unseren Sinnen nicht nur während des Aufenthaltes im Bade, es bleibt uns noch lange nachher eine angenehme Heiterkeit mit dem Gefühl von mehrerer Kraft und Stärke; es ist als wenn der Genuß eines köstlichen Weins alle unsere Lebensgeister erweckt hätte, wir erscheinen zu jeder Freude, zu jedem Lebensgenuß aufgelegter. Aber diese Stimmung ist dauerhafter, es folgt ihr nicht jene Abspannung und Ermattung nach, wie jener, welche durch geistige Getränke veranlaßt wurde; ein gutes Zeichen ihres Vortheils für die Gesundheit.

Was den Vortheil des Bades anlangt, daß es die Reinlichkeit der Haut bewirkt, so ist es besonders denen um so häufiger anzurathen, welche sich mit solchen Arbeiten beschäftigen, bei denen ihre Haut viel mit feinem Staub oder Schmuz bedeckt wird, oder bei denen sie viel schwitzen; ja man kann es ihnen als das einzig sichere Mittel empfehlen, solche Arten der Beschäftigung unschädlich zu machen, und die Dauer der Ge-

sundheit bei ihnen zu erhalten. Den Gelehrten und allen denen, welche sich die mehreste Zeit in Stuben aufhalten müssen, ist es sehr als ein Belebungs- und Erfrischungs-Mittel für die Haut anzuempfehlen. Es hat die immer mehr oder weniger unreine, verdorbene Stubenluft die nachtheilige Wirkung auf die Haut, daß sie selbige erschlafft und ungeschickt macht, die ihr von der Natur aufgetragenen Geschäfte gehörig zu verrichten. Es hat dieses viel Schuld an der mangelhaften Gesundheit derer, welche ihre Beschäftigung für die meiste Lebenszeit an ihre Stube fesselt, und es würde nicht leicht ein Mittel seyn, welches dem Hautsystem einen besseren Ersatz für den entbehrten Reiz der reinen frischen Luft gäbe, als das Bad. Denen, welche einen trockenen hageren Körper mit schwarzgalligem melancholischem Temperamente vereinigen, ist das öftere Baden ganz vorzüglich zur Verhütung aller der Uebel anzurathen, welche Leute von dieser Körperconstitution gewöhnlich in späterem Alter befallen. Es sind diese Leute, welche bei ihrem trockenen hageren Körper von starken festen Knochen und Muskelbau, sich immer durch schwarze Haare, schwarze Augen, dunklere Gesichtsfarbe und finsteren Blick

auszeichnen, in ihren jüngeren Jahren meistens mit unruhigen Träumen geplagt, welche ihnen den Schlaf rauben, sie leiden häufig an Kopfschmerzen und zu gewissen Zeiten ohne Veranlassung sich einfindendem Hange zur Traurigkeit, oder der auch bisweilen durch den Genuß erhitzender Dinge veranlaßt wird, als den des Kaffees vorzüglich, und starkgewürzter Nahrungsmittel. Man räth ihnen gewöhnlich viel verdünnendes kühlendes Getränke, und andere so genannte blutverdünnende Mittel an, um der in der Folge sich meistens mehr entwickelnden Hypochondrie, dem oft im mittlern Alter peinlich werdenden Kopfschmerze, und den für die späteren Jahre selten ausbleibenden Anfällen von der güldenen Ader vorzubeugen. Wir empfehlen allen solchen Leuten das öftere laue Bad als eines der besten Mittel, welches wir für sie kennen, und versichern in solchen Fällen, auch wenn eben erwähnte Uebel schon in ziemlichem Grade vorhanden waren, nie nachtheilige Folgen, wohl aber beträchtlichen und vielfältigen Nutzen davon gesehen zu haben.

Bei vielen langwierigen Krankheiten sind die Vorzüge des Bades längst allgemein anerkannt, besonders des zu-

sammengesetzten und mit mancherlei heilsamen Stoffen geschwängerten Bades, theils wie es die Natur in vielen bekannten Badequellen selbst giebt, theils wie es der Arzt nach den besonderen Umständen dienlich, durch die Kunst bereiten läßt. Bei langwierigen Hautausschlägen, als Krätze, Flechten u. s. w. wird das laue Bad allgemein empfohlen, und wie die tägliche Erfahrung lehrt, mit dem besten Erfolge. Alle mit solchen Krankheiten Behaftete werden bei dem übrigen Gebrauche schicklicher Mittel mit großem Vortheile täglich ein lauwarmes Bad nehmen; wohl aber sind ihnen ganz vorzüglich die Vorsichtsregeln anzuempfehlen, von denen ich in der Folge sprechen werde. Bei rheumatischen, gichtischen Personen ist das laue Bad eines der vorzüglichsten Heilmittel; desgleichen bei den mehresten langwierigen Nervenzufällen, als Zittern, Schwäche und Lähmung der Glieder, allerlei krampfhaften schmerzhaften Zufällen im Unterleibe, bei Kopfschmerzen, Schwindel, Ohrenbrausen, Flimmern vor den Augen, welche zu gewissen Zeiten wiederkehren. Bei mehreren Arten der Abmagerung und Auszehrung, besonders der Kinder, ist ein öfteres laues Baden eines der heilsamsten Mittel. Bei mehreren Kin-

derkrankheiten ist das Bad oft unumgänglich nothwendig, wenn Heilung bewirkt werden soll, nicht nur bei der eben erwähnten Abmagerung, auch bei der englischen Krankheit, oder dem Zweiwuchse, bei der Drüsenkrankheit, und ganz vorzüglich bei den krampfhaften Zuckungen oder dem so genannten Jammer der Kinder. Ueberhaupt ist bei Kindern das Bad, schon wegen der dadurch bewirkten Reinlichkeit, ein treffliches Mittel zur Erhaltung ihrer Gesundheit. Auch in mehreren hitzigen Krankheiten ist der Werth des Bades anerkannt und berühmt, z. B. in mehreren Arten der Nervenfieber, bei den Kinderblattern *). Es wäre sehr zu wünschen, daß auch für diesen Theil der Heilkunst sein Gebrauch häufiger und gemeinnütziger werden möchte, als bisher geschehen, und daß es verständigen Aerzten gelingen möchte, eine Menge Vorurtheile zu besiegen, welche seiner allgemeinen Einführung noch im Wege stehen. Es geht aber hier wie mit vielen Dingen in der Heilkunde, die unmaßgebliche Meinung des Pfuschers und Quacksalbers hat gläubigere und andächtigere Ohren, als die Stimme

*) Marcard, über die Natur und den Gebrauch der Bäder, S. 163 und folgende.

des bewährtesten Arztes, und die nimmer ermüdende Zunge des alten Weibes genießt mehr Glauben, als die gesunde Vernunft.

Die Verschiedenheiten des Bades beruhen erstlich auf seiner verschiedenen Temperatur, sodann auf den verschiedenen ihm beigemischten Bestandtheilen, und endlich auf der verschiedenen Art, wie es angewendet wird.

Die dem Bade beigemischten Bestandtheile sowohl, als seine verschiedene Temperatur der Wärme und Kälte, hat es entweder durch die Verfügungen der Natur oder der Kunst. Diejenigen Bestandtheile, mit denen uns die Natur das Wasser verschwängert darbietet, sind Stoffe aus dem Mineralreiche, welche das Wasser unter gewissen Bedingungen auflösen und mit sich vermischt wegführen kann, wenn es durch dergleichen Mineralstoffe haltende Erdschichten fließt. Oft gehen solche Quellen durch oder über entzündete Lagen von brennbaren mineralischen Stoffen, und dann sehen wir sie beträchtlich erhitzt, oft völlig kochend entspringen; es giebt mehrere solcher Quellen, welche einen so hohen Grad der Hitze besitzen, daß Eier hinein gehalten sogleich hart darinne sieden, oder auch Fleisch

in kurzer Zeit darinne weich kocht. Die Stoffe, mit denen man die Mineralwasser geschwängert findet, sind verschiedene Salze, Eisentheile, Schwefeltheile, mehrere Erdarten und Luftarten. Die Salze, welche man darinnen aufgelöst findet, sind: 1) Bittersalz, ein Mittelsalz, welches aus einer Erdart, der Bittererde, und der Vitriol, oder Schwefelsäure besteht; 2) Salpeter, ein bekanntes Salz, aus der Salpetersäure und dem Pflanzenlaugensalze zusammengesetzt; 3) das gewöhnliche Kochsalz, welches aus der Kochsalzsäure und dem mineralischen Laugensalze besteht; 4) mineralisches Laugensalz. Die Erdarten, welche man darinnen findet, sind: Kalkerde, Thonerde und Bittererde.

Die Stahlwasser findet man nie rein stahlhaltig, sie enthalten erstlich allemal solche Stoffe, welche das Wasser geschickt machen, eine gehörige Menge Eisentheilchen in sich aufgelöst zu halten; sodann enthalten auch die mehresten noch eine Menge der verschiedenen oben angeführten Mittelsalze. Es gehören diese Stahlwasser zu einer der größten Wohlthaten für die durch Krankheit leidende Menschheit, und es sind mehrere von der Natur uns geschenkte Quellen dieser Art von einer durch häufige Erfahrung so

bewährten Nützlichkeit und Heilkraft, daß für mehrere Krankheiten keine noch bekannte Kunst uns etwas so Zweckmäßiges und Wohlthätiges darbietet. Es ist besonders die genaue und feine Auflösung der feinsten Eisentheilchen, was diesen uns von der Natur gegebenen eisenhaltigen Wassern ihre Vorzüge vor allen anderen Stahlmitteln giebt, und was sie zum äußerlichen Gebrauch, als Bäder so wohl wie auch zum innerlichen, als Brunnen, so wirksam macht.

Die Schwefeltheile, welche wir in den Mineralwassern finden, sind mittelst alkalischer Salze, oder einer nachher zu erwähnenden Luftart, in dem Wasser aufgelöst. Es gehören diese Schwefelbäder mit zu den vorzüglichsten und wirksamsten gegen eine Menge alter eingewurzelter Uebel, wovon nachher die Rede seyn wird, wenn wir von den Mineralquellen und ihrer Anwendung insbesondere sprechen. Die Luftarten, welche wir besonders in den Mineralquellen auffinden, sind die Luftsäure, Lebensluft, oder Sauerstoffgas und das Wasserstoffgas. Die Luftsäure, fixe Luft, oder Wassergeist, wie sie besonders in Bädern genannt wird, ist das, wodurch die Mineralquellen ihr Prikeln und Musiren

haben, und was ihnen besonders ihren geistigen, säuerlichen und erfrischenden Geschmack giebt, wie z. B. bei dem allgemein beliebten Selterwasser. Sie ist schon an und für sich äußerlich, als Bad angewendet, nicht weniger als innerlich, im Brunnen, ein bewährtes Heilmittel in mehreren Arten von Krankheiten. Einer der vorzüglichsten Vortheile aber, den sie als Bestandtheil der Stahlwasser gewährt, ist dieser, daß sie das feinste und beste Mittel abgiebt, die Eisentheilchen aufgelöst darinne zu halten. Es ist diese Art der Auflösung des Eisens die allervorzüglichste, wenn es als Heilmittel wirksam werden soll, in welcher es sowohl innerlich genommen, die wenigsten Beschwerden verursacht, und am leichtesten vertragen wird, als auch äußerlich als Bad am wirksamsten ist. Die andere Luftart, das Wasserstoffgas, oder brennbare Luft, dient, so wie die Luftsäure zur Auflösung des Eisens, zu einem sehr zweckmäßigen und feinen Auflösungsmittel des Schwefels, und bildet in seiner Verbindung eine neue Luftart, welche man Schwefelleberluft, oder geschwefeltes Wasserstoffgas nennt, welche einen eigenen Dunstkreis um alle solche Schwefelquellen bildet, der sehr auffallend durch seinen Geruch wie

faule Eier, und durch die Eigenschaft ist, daß er Metalle schwarz anlaufen macht.

Die Absicht, welche wir haben, wenn wir durch Hülfe der Kunst das zum Baden bestimmte Wasser mit verschiedenartigen Bestandtheilen mischen, ist erstlich, die bewährten nützlichen Mischungen, welche uns die Natur in verschiedenen Mineralbädern gegeben hat, nachzuahmen, und auch denen dadurch Nutzen zu schaffen, denen ihre Umstände es nicht erlauben, jene Bäder selbst zu besuchen; zweitens, nach Maßgabe der verschiedenen kränklichen Körperbeschaffenheiten, auch durch das Bad die nützlichen Arzeneien auf den Körper einwirken zu lassen.

Durch den hohen Grad der Vollkommenheit, den die Chemie in unseren Zeiten erlangt hat, kennen wir die Bestandtheile der vorzüglichsten Mineralbäder ziemlich genau, und sind zu der Kunst gelangt, durch willkührliche Mischung dieser Bestandtheile, einige derselben ziemlich gut nachzuahmen. Noch weit größere Vorzüge aber hat die Kunst, eigene mit Arzneimitteln geschwängerte Bäder hervorzubringen, so wie sie der Arzt nach Maßgabe der eigenen kränklichen Beschaffenheit eines jeden Einzelnen für dienlich findet.

Die Materien, durch deren Vermischung mit dem Wasser man künstliche Bäder bereitet, sind sowohl aus dem Thier- und Pflanzenreiche, als dem Mineralreiche. Bäder von Milch und Fleischbrühen sind bei Kindern, welche an der Abmagerung leiden, längst als ein treffliches, die Ernährung beförderndes Mittel angewendet worden, und haben nicht minder bei schwachen Kranken eines späteren Alters, die trefflichsten Dienste geleistet. Eine Menge Stoffe aus dem Pflanzenreiche werden ihrer ernährenden, reizenden, nervenstärkenden, die Stärke der festen vermehrenden, ihrer krampfstillenden, oder die Ausdünstung und Urinabgang befördernden Kraft wegen, dem Badewasser, nach Maßgabe der jedesmaligen Körperbeschaffenheit, beigemischt. Es gehören dahin die Abkochungen und Aufgüsse einer Menge von Kräutern, Wurzeln, Hölzern, Rinden und Samen, die geistigen, öligten, saueren und harzigen Produkte des Pflanzenreichs. Aus dem Mineralreiche sind außer denen oben bei den natürlichen Mineralbädern schon erwähnten Stoffen, noch verschiedene mit großem Vortheil für die Wiederherstellung der Gesundheit angewendet worden, mit denen uns die Natur kein Wasser geschwängert gegeben hat; oder wenigstens nicht in einer so dienlichen und nützlichen Form. Da-

hin gehören die längst als nützlich und bewährt bekannten Schlackenbäder, und mehrere andere, von denen weiter unten ein Mehreres gesagt werden wird, wo von ihrer Zubereitung zu sprechen ist.

Noch ist hier etwas zu sagen über die verschiedenen Arten der Anwendung des Bades. Hat man die Absicht, das Bad mit seinen Bestandtheilen auf alle Theile des Körpers wirken zu lassen; so nimmt man ganze Bäder, wo der ganze Körper bis an den Hals mit Wasser umgeben ist. Hat man aber die Absicht, nur auf einzelne Theile des Körpers vorzüglich zu wirken, so wendet man örtliche Bäder an, daher das Arm- Fuß- oder Halbbäder. Nach der Verschiedenheit der Form, in welcher man das Badewasser auf den Körper wirken läßt, giebt es erstlich das Tropfbad, oder die Douche, wo das Wasser aus einer gewissen Höhe auf den leidenden Theil herunterfällt. Ein Spritzbad nennt man ein vervielfältigtes Tropfbad, wo die Wassertheilchen durch ein durchlöchertes Blech in vielfachen Strömen auf den kranken Theil hingetrieben werden. Wenn das Wasser entweder allein oder nebst verschiedenen ihm beigemischten flüchtigen Bestandtheilen in Dunstgestalt ausgedehnt auf den Körper wirkt, so nennt man das Dunst- oder

Dampfbad. Es kann dieses ebenfalls wieder örtlich oder allgemein angewendet werden.

---

## Zweites Kapitel.

### Ueber die Anwendung der verschiedenen Bäder.

---

### Flußbäder.

Von diesen spreche ich zuerst, weil sie ohne Zweifel das ungekünsteltеste und natürlichste Bad sind, dessen wir uns bedienen können: dessen Gebrauch als diätetisches Mittel einem jeden Gesunden zur Erhaltung seiner Gesundheit vorzüglich anzuempfehlen ist. Es ist zwar der Gebrauch des Flußbades in den mehresten Gegenden ziemlich allgemein, und ist den Mehresten, die einmal die wohlthätige Wirkung desselben empfunden haben, beinahe zum Bedürfnisse worden. Doch ist immer noch zu wenig gesorgt, daß von selbigem mit der gehörigen Bequemlichkeit und Sicherheit für Nachtheilen, welche der Gesundheit dabei drohen, Gebrauch gemacht werden könne. Am zweck-

mäßigsten und angenehmsten ist es allerdings, an einem schönen Sommerabend, wenn sich die Sonne zum Untergange neigt, in das von ihren Stralen den Tag über durchwärmte Flußwasser zu steigen, und unter freiem Himmel, bei der mildeen Wärme der Abendsonne, von nichts als einigen Büschen umgeben, den ganz entkleideten Körper im lauteren Flußwasser zu bewegen. Diese freie Bewegung der ungefesselten Glieder im sanftkühlenden stärkenden Flußwasser, ist ohne Zweifel die angenehmste nicht nur, sondern auch die zweckmäßigste und gesundeste, welche wir uns machen können; sie trägt sicher viel zu der mehreren Stärke und besseren Gesundheit deter Landleute bei, welche in der Nähe von Flüssen wohnen, und bei denen es ein allgemeiner Gebrauch der Jugend ist, Abends, nach vollendeter Arbeit, sich im Bade zu belustigen. Dieser trefflichen, heilsamen Art des Bades stehen aber verschiedene Hindernisse im Wege, welche verursachen, daß es nicht so gemeinnützig wird, als es zu wünschen wäre. Dazu gehört denn besonders die der Delicatesse gebildeterer Klassen von Menschen und des weiblichen Geschlechts vorzüglich entgegenstehende Unannehmlichkeit, auf diese Art nie sicher zu seyn, ohne andere sich noch dazu gesellende Gesellschaft aus allen Klassen, oder doch wenigstens

ohne Zuschauer und unbelauscht baden zu können. Man hat dieser Unannehmlichkeit dadurch vorzubeugen gesucht, daß man an Flüssen Badehäuser angelegt hat, welche wenigstens so eingerichtet sind, daß eine kleine Oberfläche des Flusses von Breterwänden eingeschlossen ist, welche über dem Flusse einen Behälter bilden, in welchem man sicher vor allen Zuschauern in das Wasser steigen kann. Diese Einrichtung wäre recht gut, wenn man mehr dabei berücksichtigt hätte, als den Badenden vor ungebetenen Gästen und Zuschauern zu sichern leider ist das aber bei den meisten Badehäusern nicht der Fall, und weit gefehlt, daß sie uns Ersatz für das Vergnügen und den Vortheil geben sollten, auf die eben erwähnte Art im freien Flußwasser zu baden, sind sie öfters so eingerichtet, daß sie das Baden in ihnen wo nicht geradezu nachtheilig, doch weniger nützlich und angenehm machen. Es ist in der That das Baden in den mehresten solchen Badehäusern meistens nichts weiter, als ein Tribut, den wir der Reinlichkeit zahlen, und es ist noch gut, wenn sie so eingerichtet sind, daß dies ohne Nachtheil für die Gesundheit geschehen kann. Die vorzüglichsten Nachtheile, welche diese Badehäuser fast alle mit einander gemein haben, sind folgende: Da sie meistens an dem der Stadt benachbarte-

sten Theile des Flusses liegen, gewöhnlich an dem, welcher durch die Vorstadt oder die Stadt selbst fließt, sind sie entweder selbst mit anderen Gebäuden umgeben, oder das Wasser, welches sie erhalten, floß schon eine geraume Zeit zwischen Gebäuden; das hat dann erstlich das Nachtheilige, daß, da dieses Wasser nie so gut von den Sonnenstralen durchwärmt seyn kann, man in dem ohnehin schon schattigen und kühlen Badehause, in zu kaltem Wasser badet; zweitens, daß man in unreinem, von seinen Uferbewohnern auf allerlei Art schon besudelten Wasser baden muß. Auch der Vorzug des Badens im Freien, daß man den entkleideten Körper einer reinen, gesunden Luft aussetzt, geht dabei verloren, da in der Nähe volkreicher und tiefliegender Städte, welches die an größeren Flüssen gelegenen immer sind, so wenig als innerhalb ihrer Mauern selbst, eine unverdorbene, reine Luft ist. Dazu kommt noch die fehlerhafte Bauart dieser Badehäuser selbst. Der Grund erstlich, auf welchem der über dem Wasser schwebende breterne Behälter ruht, ist immer von Stein, welcher, da er ohnehin die Eigenschaft hat, mehr Kälte zu verbreiten, hier, wo er noch dazu beschattet ist, und von der Sonne nicht erwärmt werden kann, um so mehr eine Erkältung der ihn berührenden Wasser-

schichten

schichten veranlassen muß; abgerechnet, daß es der Gesundheit gar nicht zuträglich seyn kann, auf solchen nassen, kalten Steinen barfuß herumzugehen. Sodann liegen solcher Badehäuser immer eine ganze Menge dicht neben einander, so daß das Wasser aus einem immer in das andere fließt; dadurch sind die, welche nicht zufällig gerade in dem ersteren baden, in die unangenehme Nothwendigkeit versetzt, in dem Wasser, worin die neben ihm Badenden eben ihren Unrath abspülen, zum dritten, vierten und fünften Male zu baden. Nicht weniger unangenehm ist es, beim Steigen aus dem Bade sich in einem naßkalten, kellerartigen Behälter zu befinden, wie diese Badehäuser immer sind; höchst unangenehm nicht nur, sondern auch für die Gesundheit äußerst nachtheilig. Endlich sind alle diese Badehäuser zu klein; man hat in dem kleinen Bezirk Wasser, auf dessen Gebrauch man eingeschränkt ist, nicht einmal Platz, sich gehörig abzuspülen, und jener große Vortheil des Badens im freien Flusse, die ungehinderte Bewegung unserer Glieder im Wasser, geht hier ganz verloren; gerade hier, wo bei ohnehin größerer Kühle des Wassers, auch zur schnelleren Erwärmung, freie Bewegung des Körpers um so nöthiger wäre.

Eine Vorkehrung, welche uns den Vortheil gewährte, abgesondert von anderer Badegesellschaft, und gesichert vor Zuschauern in freiem Flußwasser baden zu können, ohne einen von den oben erwähnten Nachtheilen und Unannehmlichkeiten mit sich zu vereinigen, würde meines Erachtens dem Publikum große Vortheile und Annehmlichkeiten gewähren. Ich glaube, daß ein Vorschlag zu einer solchen Einrichtung hier nicht am unrechten Orte stehen wird, und will die Art und Weise, wie ich mir eine solche Badeanstalt immer auf eine weniger kostspielige Art am zweckmäßigsten eingerichtet gedacht habe, hier so kurz als möglich zu beschreiben suchen.

Die Eigenschaften, welche eine solche Vorkehrung haben müßte, wären: Es müßte eine gehörig große Oberfläche des Wassers eingeschlossen werden können, damit der Badende gehörigen Platz hätte, sich frei und ungehindert in dem Wasser zu bewegen; die Communikation der Atmosphäre müßte durch diese Einzäunung über dem Wasser so wenig als möglich unterbrochen werden, daher diese Umzäunung aus dem möglichst leichtesten und lockersten Stoffe, und am besten nur aus beweglichen Seitenwänden bestehen, nicht mit einem Dache versehen seyn müßte; die Anlage solcher Badeanstalten müßte ohne große

Mühe und Weitläuftigkeiten an jedem Flußufer und in jeder Gegend angebracht werden können, damit man unter den vorzüglichsten, den angenehmsten durch ihre Lage, und den zum Baden am bequemsten und sichersten Uferplätzen wählen könnte. Auch das Anschwellen der Flüsse müßte ihnen nicht entgegenstehen; sie müßten nämlich, sobald man wolle, hinweggenommen werden können, wenigstens das, was an ihnen beschädigt werden könnte.

Diesen Erfordernissen, nach meiner Meinung, einer gut eingerichteten Badeanstalt in freiem Flußwasser, würde man wohl auf folgende Art am besten und wenigsten kostspieligsten begegnen können: Man rammele erstlich zur Erbauung eines solchen Badehauses, vier Pfähle, die etwa 4 bis 6 Zolle im Durchmesser haben, am besten Eichenpfähle, dergestalt im Gevierte am Ufer eines Flusses ein, daß zwei derselben am Anfange des Ufers selbst, 7 bis 8 Ellen von einander zu stehen kommen, und etwa 1 Fuß über der gewöhnlichen Fläche des Wassers hervorragen, die anderen beiden aber werden 7 bis 8 Ellen von den ersteren nach der Mitte des Flusses zu entfernt, so gestaltet, daß sie mit den andern beiden ein gleiches Viereck von 7 bis 8 Ellen im Durchmesser bilden. Jeder der

4 Pfähle, welcher, wie schon gesagt, etwa einen Fuß über der Fläche des Wassers hervorragt, ist auf seiner oberen Fläche eingebohrt, so daß eine Stange, etwa von der Dicke eines Arms und vier bis fünf Ellen Länge, darin feststecken kann. In jeden Pfahl wird dann eine solche Stange befestigt, welche an ihrem oberen Ende einen eisernen Stift von etwa 3 Zoll Länge hat. Diese Stifte dienen dazu, Querlatten zu befestigen, welche von einer Stange zur andern laufen und oben ein verschlossenes Viereck bilden. Jetzt hätten wir nun das Gerippe eines solchen Badehauses, gewiß so einfach als möglich; es bleibt uns nun nichts übrig, als die vier offenen Wände zu verschließen. Die einfachste und leichteste Art dieses zu thun, würde seyn mit einer groben gefirnißten Leinwand. Man verfertige nämlich vier Rollos von derselben Breite, wie die Wände, und der gehörigen Länge, daß der so viel als nöthig beschwerte Rollostab das Wasser erreiche. Diese Rollos befestige man an den 4 oben querüber von einer Stange zur andern laufenden Latten, und vereinige ihre Schnüre so, daß sie mit einem Male aufgezogen und niedergelassen werden können. An der vorderen Rollowand müßte zugleich ein Eingang befindlich seyn, der gut wieder verschlossen werden könnte. Die

innere Einrichtung des Bades müßte so seyn, daß man von einem kleinen hölzernen Gerüste, welches zwischen den beiden ersten Pfählen ruhete, bequem in das Bad steigen könnte. Dieses Gerüste müßte zugleich zum Aus- und Ankleiden benutzt werden können.

Es soll dieses keinesweges die vollkommene Darstellung einer vollendeten Badeeinrichtung seyn, sondern nur eine oberflächlich hingeworfene Idee und Plan zu einer gut eingerichteten Badeanstalt, welcher erst zu etwas Vollkommenem und Ganzem durch Bauverständige gedeihen kann. Hier in seiner Rohheit, wie er ist, dieser Plan, hat er mir gar wohl in die Augen fallende Mängel, welche aber meines Bedünkens dem Bauverständigen nicht schwer zu heben seyn werden. Die Hauptsache bleibt immer, eine Quadratfläche des Flußwassers, an einem zum Baden geschickten Ufer, etwa von 7 Ellen im Durchmesser, durch Wände von geölter Leinwand so zu umzäunen, daß der darin Badende den Augen der Zuschauer entzogen wird, ohne deswegen der reinen freien Luft, und des heiteren Himmels über sich entbehren zu dürfen. Weswegen es vortheilhaft ist, daß diese Umzäunung nach dem Baden wieder weggenommen werden kann, erhellet schon aus dem Vorhergesagten. Und

ich glaube, daß den oben gemachten Forderungen auf keine Art leichter Genüge geleistet werden könne, als auf die eben beschriebene Art. Man wird mir den Einwurf machen, daß diese herabhängenden Leinwandwände sowohl durch die Bewegung des Wassers, als auch der Luft, von dem Gestelle entfernt werden würden, und der Badende also immer noch den Augen der Zuschauer preißgegeben würde. Es kann aber leicht die Einrichtung getroffen werden, daß die Leinwandwände sich aufwärts rollen, und beim Herabfallen in Rinnen oder Einschnitten der Stangen laufen, aus welchen sie nicht herausbewegt werden können.

Besonders hätten diese Badezelte — man erlaube mir einmal diesen Ausdruck — den Vortheil, daß sie ganz entlegen von Städten, in der schönsten Gegend, an einem jeden zum Baden schicklichen Flußufer, mit leichter Mühe, und ohne große Kosten angelegt werden können. Sind es kleinere Flüsse, an denen man sie anlegen will, so nehme man dazu die ganze Breite des Flusses. Man schlage an jedem Ufer 2 Pfahle in einer solchen Entfernung von einander ein, als die Breite des Flusses beträgt, und baue dann das bewegliche Zelt nach oben angegebener Art darauf.

Daß das auf den vier Pfählen ruhende Gestelle beweglich ist, hat den Nutzen, daß es nicht dem anschwellenden Wasser oder stürmischer Witterung preißgegeben zu werden braucht, wodurch es leicht hinweggeführt oder zerbrochen werden könnte, da es nicht von der dauerhaftesten Art ist. Man kann die Stangen, sammt den darüber liegenden Latten und dem ganzen zum Aufrollen der Leinwand erforderlichen Mechanismus, hinwegnehmen und aufbewahren.

Mich länger bei einer genaueren Erörterung der Einrichtung einer solchen Badeanstalt aufzuhalten, würde die diesem Werkchen vorgesetzten Gränzen überschreiten. Ich überlasse daher die fernere Ausbildung und Entwickelung dieses Vorschlags, die Ausführung dessen für die höheren Stände, mit mehrerer Pracht und Bequemlichkeit, eine wohlfeilere Herstellung einer solchen Einrichtung für Aermere, ohne den dabei vorgesetzten Zweck zu verfehlen, so wie auch dessen Vervielfältigung und Umänderung nach den Localumständen, denen, welche diesem mehr gewachsen sind, als ich, den Bauverständigen.

Ich spreche von dieser Art der Bäder, von den Flußbädern, nicht als Heilmittel, und empfehle sie auch Niemanden als solches. Ob ich schon fest überzeugt bin, daß ein von der

Sonne gehörig durchwärmtes Flußbad, an einem schönen Sommerabend, auch manchen Kränklichen treffliche Dienste leisten könne, so bleibt doch aus nachher zu erwähnenden Gründen ihre Anwendung für Kranke bedenklich. Um so mehr empfehle ich aber das Flußbad allen Gesunden als ein herrliches Mittel zur Erhaltung ihrer Gesundheit, wegen seiner trefflichen Eigenschaft nicht nur, den Körper von dem im Sommer häufig vergossenen Schweiß und sich damit gemischtem Staub und Schmuz zu reinigen, sondern auch als herrliches Mittel, die von der Tageshitze ermatteten Glieder zu stärken, und dem Körper die durch die vermehrte Ausdünstung zu häufig verlorenen Flüssigkeiten zu ersetzen. Aus letzterem Grunde besonders ist es hageren und trockenen Körpern so vorzüglich zu empfehlen.

## Kalte Bäder.

Allerdings gehören die Flußbäder, auch in den wärmsten Sommertagen, noch zu diesen; aber ich spreche von ihnen in Hinsicht auf ihre Benutzung als Heilmittel noch besonders. Der so eben erwähnten Art in Flußwasser zu baden, würde zu ihrem Gebrauche für Kranke so Manches im Wege stehen, daher ich sie auch nicht zu deren Benutzung empfehlen wollte.

Bei der Anwendung des kalten Bades als Heilmittel, ist die Temperatur des Wassers die Hauptsache, und es ist darauf abgesehen, einen bestimmten Grad der Kälte gleichförmig auf die Oberfläche des Körpers wirken zu lassen; dieses würde aber beim Baden in Flüssen nicht so zweckmäßig geschehen können, weil wir es theils nicht so in unserer Gewalt haben, die Temperatur des Wassers zu bestimmen, theils die bei einem Kranken dann nöthigen Vorsichtsmaßregeln zu beobachten. Da die zu einem zweckmäßig eingerichteten Flußbade gewünschten Erfordernisse hier wegfallen, so haben wir zu einer Anstalt, um das kalte Bad zu brauchen, bloß eine Badewanne in einem gut verschlossenen Zimmerchen nöthig, in welchem wir eine beliebige gleichförmige Temperatur unterhalten können.

Kalt nennet man ein Bad von dem 70sten bis 30sten Grad des Fahrenheitschen Thermometers. Die beste Art, das kalte Bad zu brauchen, ist die, daß man mit einem dem Körper nicht zu empfindlich kühlen Bade anfängt, und nach und nach zu dem kälteren übergeht, so wie es der Körper vertragen lernt, ohne einen zu heftigen Schauer zu empfinden. Es ist gut, wenn man ein Thermometer dabei hat, um der nach und nach geschehenden Abstumpfungen gewiß zu seyn, weil man sich auf

das Gefühl nicht sicher verlassen kann, indem der Körper einen Tag empfindlicher für denselben Grad der Kälte ist, als den andern. Doch bestehe man auch nicht zu fest auf eine bestimmte Verringerung der Temperatur bei jedem Bade; der Körper ist, wie schon gesagt, manche Tage empfindlicher gegen ein bischen Kälte, als andere: man lasse sich daher nicht abhalten, wenn man einmal den Schauer bei einer geringen Abstufung gar zu heftig empfindet, das Bad etwas wärmer machen zu lassen; nach und nach lernt man es doch immer kälter und kälter vertragen.

Die Hauptwirkung des kalten Bades beruht darauf, daß es die Hautfasern so wie sämmtliche nach der Oberfläche des Körpers hinlaufende Gefäße zusammenzieht, und die Säftemasse von der Oberfläche des Körpers mehr nach innen drängt. Wir sehen daher den Körper durch das kalte Bad blaß und in seinem Umfange vermindert werden *). Zugleich entsteht durch den Raub, den das kalte Wasser am Wärmestoffe des Körpers begeht, ein nach Maßgabe der Kälte heftigeres Bestreben der innern Theile, diesen Wärmestoff zu ersetzen; und in so fern

*) S. Marcard, über den Gebrauch der Bäder, S. 365 und folgende.

ist das kalte Bad als ein ziemlich heftiger, die innere Thätigkeit vermehrender Reiz zu betrachten, als dessen Folge wir unter andern auch den allemal nach dem kalten Bade sich einstellenden häufigern Urinabgang betrachten können. Sodann ist aber auch das kalte Bad als ein eigenthümlicher Reiz für die Muskelfaser zu betrachten, welches dieselbe in eben dem Maaße stärkt, wie die Wärme sie erschlafft und schwächt; man kann sagen, was das warme Bad für die Nerven ist, das ist das kalte für die Muskelfaser. Wir sehen daher, daß durch das kalte Bad die Werkzeuge des Organismus kraftvoller werden, und daß überhaupt dadurch mehr Nachdruck und anhaltende Stärke in die Thätigkeit des Körpers gebracht wird; die Muskeln erhalten mehr Spannkraft, und die Werkzeuge der Ernährung bereiten langsamer und mit mehr Ruhe, aber auch mit mehr Kraft und sorgfältiger, bessere und kraftvollere Säfte.

Es wird dadurch das kalte Bad ein Vorbauungsmittel gegen eine Menge der jetzigen Modekrankheiten, und könnte es in vielen Gegenden auch gegen fürchterlich wüthende Epidemien seyn, wenn es der Vernunft gelingen würde, Vorurtheile zu besiegen. Wer durch den Gebrauch des kalten Bades seinen Körper gestärkt hat, wird sicher nicht so leicht vom Reißen,

Katarrhen, Hypochondrie, und allerlei häßlichen Hautausschlägen befallen werden, als diejenigen, die ihr ganzes Leben hindurch es sich angelegen seyn ließen, ihrer Weichlichkeit zu fröhnen, und deren beliebtester Zufluchtsort die wohlgewärmte Stube und das weiche Federbette ist, sobald ein kühles Lüftchen weht. Besonders schützt der Gebrauch des kalten Bades vor solchen epidemischen Krankheiten, welche bei einer feuchten, warmen Atmosphäre zu entstehen pflegen; als Ruhr, allerlei galligten Krankheiten, besonders galligtem Erbrechen; galligtem Wechselfiebern, und mancherlei fauligen Krankheiten. Wilhelm Hillary, ein englischer Arzt, welcher auf einer westindischen Insel, Barbados, die Heilkunde ausübte, sagt in seinem Buche: Beobachtungen über die Veränderungen der Luft, und über die auf dieser Insel herrschenden Krankheiten, besonders das gelbe Fieber: „Bedienten sich nicht allein Kinder, sondern auch Erwachsene des kalten Bades (sehr alte Personen ausgenommen, denen es schädlich ist), so würde dieses viel beitragen, ihre erschlafften festen Theile zu stärken und fest zu machen, und es würde dieses Verfahren das Entstehen dieser Krankheiten verhindern, die meist aus dieser Ursache entspringen. Wir sehen, daß alle Nationen, die in den wärmern Gegenden

des Osten wohnen, die kalten Bäder häufiger, fast täglich in Gebrauch ziehen. Ohne Zweifel haben diese Völker die gute Wirkung derselben schon vor langen Zeiten eingesehen, und die Einwohner der westlichen Inseln würden einen gleichen guten Erfolg davon erfahren."

Vor allen ist der Gebrauch des kalten Bades denen anzuempfehlen, welche durch eine weichliche Erziehung und Lebensart einen so geschwächten Körper haben, daß das geringste Lüftchen ihnen empfindlich ist, und die Erregung der geringsten Beschwerde und Unannehmlichkeit sie schon krank macht. Denen, die in ihrer Jugend an der Drüsenkrankheit gelitten haben, denen davon ein bleiches, schwammiges, aufgedunsenes Ansehen übrig geblieben, welches von der Schlaffheit ihrer festen Theile zeugt, ist das kalte Bad sehr zur Verbesserung ihrer Körperconstitution und als das vorzüglichste Mittel zur Verlängerung ihres Lebens zu empfehlen. Nicht weniger ist es auch denen zuträglich, welche bei einem schlaffen Körperbau sehr zum Fettwerden geneigt sind, und welche besonders an warmen Sommertagen durch eine kleine Anstrengung leicht ermatten und sich nach Ruhe sehnen; diese können durch den vorsichtigen Gebrauch des kalten Bades öfters einem schnellen Ende durch

Schlagflüsse vorbeugen. Bei weichlichen, schwachen Kindern, besonders denen, welche an dem sogenannten Schwinden oder der Abmagerung leiden, hat man häufig das kalte Bad mit großem Vortheil angewendet; doch ist bei diesen die größte Vorsicht nöthig, daß man nicht durch gleich anfangs zu kühle Bäder, und dann durch zu schnelle Abstumpfungen schadet. Bei solchen Kindern fängt man am sichersten mit einem Bade von 80 Grad Fahrenheit an, und geht sehr vorsichtig und ganz allmählig zu den niedern Graden über.

Die Anwendung des kalten Wassers auf einzelne Theile, als örtliches Bad, als kalter Umschlag oder als Tropfbad, wird sehr häufig mit großem Nutzen angewendet. Man bedient sich dessen vorzüglich, wenn es darauf ankömmt, in einzelnen Theilen des menschlichen Körpers den Zufluß von Säften zu mindern, besonders den Andrang des Blutes nach solchen Theilen, und zugleich die Muskelfasern solcher Theile zu stärken. In dieser Hinsicht verdienen das Waschen und Umschläge mit kaltem Wasser besonders bei einer Schwäche und zu großer Reizbarkeit der Geschlechtstheile empfohlen zu werden, die besonders von Ausschweifungen in der Geschlechtsliebe herrührt, und wo die Erwärmung dieser Theile, durch die Bedeckung des

Nachts, häufigen Samenabgang veranlaßt. Bei Mutterblutflüssen, besonders von Andrang des Bluts nach der Gebärmutter, ist das kalte Wasser eines der trefflichsten und am schleunigsten Hülfe gewährendesten Mitteln, in Umschlägen auf die Geburtstheile selbst und die ganze Schamgegend angewendet. Ganz vorzüglich gut sagt das kalte Wasser dem Kopfe zu, und ist ein vorzügliches Mittel, um den Andrang des Blutes nach dem Gehirne zu vermindern. Daher leistet es treffliche Dienste bei Kopfschmerzen, welche daher entstehen, und bei Kopfverlezzungen. *) Auch bei eingeklemmten Brüchen wird die Anwendung des kalten Wassers auf eben die Art sehr nützlich.

Sowohl ein örtliches als allgemeines kaltes Bad ist schädlich, wenn die Natur in einem einzelnen Theile, oder in der gesammten Haut das Bestreben zu einer größeren Thätigkeit zeigt, und dadurch das Gleichgewicht der Gesundheit in dem ganzen Körper herzustellen sucht. Z. B. schweißige Füße sind schon öfters mit dem größten Nachtheil durch kalte Fußbäder vertrieben worden; örtliche und allgemein verbreitende Hautausschläge verschwanden, auf große Unkosten der Gesundheit, nach

*) S. Marcard, von dem Gebrauch der Bäder, S. 397.

kalten Bädern. Wenn die Natur bei Rheumatismen, Katarrhen u. s. w. durch eine Schweiß veranlassende Thätigkeit der Haut sich zu helfen sucht, so ist ein kaltes Bad in eben dem Grade schädlich, wie ein warmes nützlich seyn kann. Da das kalte Bad das Blut von den äußeren Theilen nach den inneren treibt, so ist es bei allen denen zu vermeiden, welche von Andrang des Blutes zu Aengstlichkeiten, Stechen auf der Brust, zu Kopfschmerzen oder wohl gar zu Blutspucken geneigt sind. Personen mit sehr empfindlichen, reizbaren Nerven, ist das kalte Bad eben so sehr zu widerrathen, wie der Gebrauch des warmen anzuempfehlen. Wenn das kalte Bad vertragen werden soll, so ist noch ein gewisser Grad von Kraft des Körpers nöthig, welche er der Einwirkung der Kälte entgegen zu setzen vermag; daher ein zu schwacher Körper von der Kälte eines solchen Bades gleichsam überwunden und sein Zustand verschlimmert wird. Wo große Fehler in den innern Theilen, Geschwüre in den Lungen, Eingeweiden oder anderen Theilen sind, schaden kalte Bäder allemal.

Noch ist zu bemerken, daß Jugend im Allgemeinen eine Gegenanzeige gegen zu kalte Bäder ist. Bei zarten kleinen Kindern können sogar häufige und zu kalte Bäder dem Wachs-

thum und der freien Ausbildung der Glieder einigen Abbruch thun. Wenn ich daher kalte Bäder auch bei Kindern empfehle, so meine ich damit, daß es besser sey, sie an etwas kühleres, als zu warmes Baden zu gewöhnen, nicht aber daß ein ganz kaltes Bad ihnen dienlich sey.

Das erste und vorzüglichste Erforderniß, wenn das kalte Bad ohne Nachtheil gebraucht werden soll, ist, daß der Körper in dem möglichsten Zustande der Ruhe sey. Man vermeide daher, wenn man in das Bad gehen will, alle Erhitzung, durch körperliche Bewegung nicht nur, sondern durch alles, was das Blut in mehrere Wallung bringt; alle Gemüthsbewegungen, warme erhitzende Getränke aller Art, und den Aufenthalt in zu warmen Zimmern. Wer erhitzt in ein kaltes Bad steigt, wagt augenblicklich sein Leben, oder auf immer seine Gesundheit zu verlieren. Ehe man an das kalte Bad gewöhnt ist, hüte man sich, mit zu kaltem Bade anzufangen; und die, welche in Flüssen baden wollen, thun wohl, in der wärmsten Jahreszeit und den wärmsten Tagen damit anzufangen.

Der erste Eindruck, den das kalte Wasser beim Hineinsteigen auf die Füße macht, äußert oft heftige Wirkung auf den ganzen Körper, besonders auf den Kopf. Es rührt dieß beson-

ders von dem Andrange des Blutes nach dem Kopfe, welches bei denen, die ohnehin zu Congestionen nach dem Kopfe geneigt sind, bedenklich werden könnte. Man thut daher wohl, wenn man nicht auf einmal mit den Füßen in das kalte Bad geht, sondern erst nach und nach durch Waschen mit kaltem Wasser, Füße und Schenkel an diese Empfindung zu gewöhnen sucht. Auch ist das Waschen des Kopfes und der Brust mit kaltem Wasser, ehe man in das Bad steigt, ein sehr gutes Mittel, die heftigen Congestionen nach diesen Theilen zu verhüten. Im Bade selbst suche man sich so stark wie möglich zu bewegen, welches im Flußbade sehr gut angeht. Badet man aber in Wannen oder Badehäusern, wo zu gehöriger Bewegung der Raum fehlt, so thut man sehr wohl, sich mit Stücken Flanelle den Körper zu reiben oder reiben zu lassen. Man halte sich in einem kalten Bade nicht zu lange auf; eine Viertelstunde ist schon eine ziemlich lange Zeit für ein nicht sehr kaltes Bad. Doch können manche Leute länger ohne Nachtheil darin verweilen, als andere, in der Regel fette Leute allemal länger, als magere; doch macht auch hier die Gewohnheit wieder eine Ausnahme: wer an das kalte Bad gewöhnt ist, kann allemal länger darin verweilen, als der Ungewohnte. Man richtet sich da im-

mer am besten nach seiner eigenen Empfindung; wenn man eine Zeitlang ohne unangenehme Empfindung im Bade verweilte, und man dann von neuem wieder unangenehme Schauer empfindet, so ist es Zeit, das Bad zu verlassen.

Nach dem Bade lasse man sich unter starkem Reiben abtrocknen, hülle sich sogleich in ein warmes, am besten wollenes, Gewand, und halte sich einige Zeit an einem wärmern Orte auf, wo man die Zeit am besten damit hinbringt, ein gutes Glas Wein zu trinken, wozu man etwas Weniges essen kann. Auch ist eine mäßige Körperbewegung nach dem Bade sehr zu empfehlen.

## Warme Bäder.

Ich rede hier von warmen, nicht von heißen Bädern, deren Gebrauch ich nie empfehle. Ein warmes Bad fängt mit dem 90. Grad des Fahrenheitschen Thermometers an, und geht bis zum 85sten. So wie man bei dem Gebrauche kalter Bäder mit einem nicht so tiefen Grad der Kälte anfange, so wähle man auch hier bei den warmen Bädern einen nicht so hohen Grad der Wärme zum ersten Bade, sondern man nehme es anfangs so, daß es nur ein ange-

nehmes Gefühl von Wärme auf die Haut macht; dann, wenn in der Folge das Bad von derselben Temperatur zur Gewohnheit worden ist, und nicht mehr dieselbe Wirkung äußert, dann wird es nöthig, nach und nach mit den Graden der Temperatur zu steigen. Das warme Bad hat als Reinigungsmittel viel Vorzüge vor dem kalten Bade. Es erweicht die Haut und öffnet die Gefäße derselben. Die Wirkung des warmen Bades ist bei der vorzüglichen Eigenschaft, die es hat, die Reizbarkeit zu vermindern, als nervenstärkend und krampfstillend zu betrachten, wobei es zugleich die Steifheit der Muskelfasern vermindert. So wie das warme Bad den Puls und die Respiration beruhigt; so vermindert es auch die erhöhte Reizbarkeit aller andern Organe, und besonders der Nerven und Muskeln. Einen Wahnsinnigen beruhigte das warme Bad so sehr, daß ihn eine Person aus demselben in das Bette führen konnte, da er durch sechs Personen hatte hinein gebracht werden müssen. Durch die beruhigende Kraft desselben fühlt der Kranke eine angenehme Behaglichkeit im Bade, sein Kopf wird freier, er fühlt sich gestärkt, die Schmerzen, die Unruhe und der Erethism der Nerven, die Krämpfe in der

Muskelfaser mindern sich; kurz, jede überspannte Thätigkeit, die von erhöhter Reizbarkeit ohne materielle Ursache entsteht, wird durch dasselbe gemäßigt. Diese verschiedenen Beruhigungen des Körpers, und besonders seiner Nerven, laden zu einem erquickenden Schlaf ein, und so wird dasselbe ein Gegenmittel einer entkräftenden Schlaflosigkeit. *) Es ist daher trockenen, zu Krämpfen und andern Nervenübeln geneigten Körpern vorzüglich zu empfehlen. Alte Leute können es fast immer als ein vorzügliches Mittel zur Erhaltung ihrer Gesundheit und Verlängerung ihres Lebens ansehen; junge Leute aber sollten ein mehr als laues Bad nie für gewöhnlich, sondern nur als Heilmittel gebrauchen.

Es ist das warme Bad ein vorzügliches Mittel gegen alle Arten von Nervenkrankheiten, gegen Krämpfe, Zuckungen, fallende Sucht, Schwindel, öfters wiederkehrende Ohnmachten, und unter gewissen Umständen und der Leitung eines verständigen Arztes bei hitzigen und langwierigen Nervenfiebern. Besonders zeigt es sich sehr wirksam bei kleinen schwächlichen Kindern, welche an solchen Nervenzufällen

*) Reil, Kur der Fieber, 1 B.

leiden, besonders bei Convulsionen und Epilepsien der Kinder. Bei denen, welche mit Gliederreißen behaftet sind, hat man das warme Bad oft mit auffallendem Nutzen angewendet, nur muß es anhaltend gebraucht werden, und öfters, wenigstens einen Tag um den andern ein Bad. Desgleichen wird auch die Heilung aller langwierigen Hautausschläge sehr befördert, wenn man nebst dem Gebrauch der übrigen Heilmittel, öfters warm badet.

Bei dem Scheintode sowohl neugeborner Kinder, als auch derer, welche durch Ersticken, Ertrinken, Erhängen in einen leblos scheinenden Zustand versetzt sind, ist das warme Bad eines der vorzüglichsten Mittel zur Wiederbelebung und Errettung.

Unerachtet dieser herrlichen Heilkräfte des warmen Bades, kann doch wiederum ein zu häufiger, anhaltender und unzeitiger Gebrauch desselben, besonders wenn es zu warm genommen wird, und vorzüglich bei jungen Leuten, nachtheilige Folgen haben. Es bewirkt dann eine zu große Empfindlichkeit der Haut, erschlafft überhaupt die Muskelfasern zu sehr, und bewirkt eine fehlerhafte Ernährung; daher es alsdann eine bleiche Gesichtsfarbe und besonders Mangel an gehöriger Muskelkraft zur Folge hat.

Die Griechen, besonders die griechischen Frauenzimmer, bedienen sich des zu warmen Bades sehr häufig. Letztere verheirathen sich schon im funfzehnten Jahre und leben nicht lange. Mit dem fünfundzwanzigsten Jahre bekommen sie schon Runzeln, verfallen, und haben ganz das Ansehen von alten Weibern. Dies rührt unstreitig von dem zu häufigen Gebrauch der zu warmen Bäder her, an welche sich die griechischen Frauenzimmer so sehr gewöhnt haben *).

Aus eben der Absicht, um ein krampfstillendes, reizendes Mittel bei örtlichen Uebeln anzuwenden, bedient man sich mit Vortheil der feuchten Wärme. In dieser Hinsicht sind nasse warme Umschläge bei Entzündung im Halse, welche von Erkältung entstanden ist, oder sich besonders bei dem Scharlachfieber einfindet, bei bösem Halse, welcher mit Katharr vergesellschaftet ist, bei Zahnschmerzen und damit verbundener Anschwellung des Gesichts zu empfehlen. Bei Krämpfen im Unterleibe, bei Leibschneiden, wenn es besonders mit Durchfall und Erbrechen verbunden ist, thun nasse warme Umschläge treff-

*) Dr. W. Wiltmanns Reisen in der europäischen Türkei, Kleinasien, Syrien und Aegypten, im Jahr 1799 bis 1802.

liche Wirkung. Doch hat man bei dieser Art der Anwendung des warmen Wassers besonders darauf zu achten, daß der Umschlag auf dem leidenden Theile nie erkalte; man muß daher immer zwei Umschläge bereit halten, damit man sogleich einen neuen erwärmten auflegen kann, so wie der eine anfängt kalt zu werden.

Aus der Eigenschaft, welche die Wärme hat, als Reizmittel zu wirken, und in dem Theile, auf welchen sie angewendet wird, die Thätigkeit zu vermehren und einen Zufluß von Säften zu veranlassen, entspringt noch ein anderer Grund ihrer örtlichen Anwendung. Dadurch nämlich, daß sie den Reiz und den Zufluß von Säften in dem einen Theile vermehrt, kann sie dazu dienen, ihn in andern Theilen zu vermindern, und als Gegenreiz und Ableitungsmittel dienen. In dieser Hinsicht werden Fußbäder mit Vortheil bei Andrange des Blutes nach dem Kopfe und davon entstehenden Kopfschmerzen angewendet; am auffallendesten und sichersten ist ihre gute Wirkung, wenn die Kopfschmerzen von Erkältung der Füße entstanden sind; weniger wirksam ist das Fußbad, wenn von andern Reizen auf das Gehirn Congestionen entstehen. Ein Armbad, wo man die Arme so weit wie möglich, wenigstens eine Handbreit bis

über das Ellenbogengelenk, in ein Gefäß mit warmen Wasser legen läßt, vermindert die Congestionen nach der Gebärmutter beträchtlich, und ich habe sie mehrmals mit Vortheil bei daher entstandenen Mutterblutflüssen angewendet. Ein Fußbad würde hier das Uebel beträchtlich vermehren.

Auch hat ein örtliches warmes Bad die gute Eigenschaft, durch den Reiz, welchen es auf einen Theil der Haut macht, durch Mitleidenschaft das ganze Hautsystem zu einer mehreren Thätigkeit zu veranlassen, und die Ausdünstung zu befördern. Es ist in dieser Hinsicht ein warmes Armbad z. B. sehr zweckmäßig bei solchen Kranken, wo man auf diese Art gern mehr Thätigkeit der Haut veranlassen möchte, und welchen man aus andern Hinsichten nicht gern ein ganzes Bad nehmen lassen will.

Bei dem Gebrauch des warmen Bades sind folgende Vorsichtsregeln nöthig:

Man vermeide vor dem Bade alles, was das Blut in Wallung bringt, besonders Gemüthsunruhen und Leidenschaften. Man benutze nie Wasser, worinnen schon jemand anders gebadet hat. Man bade in keinem kühlen Badezimmer; daher die auf der Erde liegenden, mit Steinen gepflasterten Badezimmer nicht viel nutzen, wenigstens erst geheitzt werden müssen.

Wenn man während des Aufenthaltes im Bade bemerkt, daß das Wasser anfängt kühler zu werden, so lasse man etwas warmes Wasser hinzugießen. Ueberhaupt halte man sich nicht zu lange im Bade auf: ich glaube nicht, daß es von Nutzen ist, länger als eine gute Stunde darinnen zu verweilen, jungen Leuten gewiß nie; eher können alte Leute, und besonders mit sehr trocknem Körper, etwas länger baden.

Wenn man aus dem Bade steigen will, so sorge man, daß das Zimmer gehörig erwärmt sey, trockne sich schnell ab, und hülle sich gleich in ein flanellenes Gewand. Badet man in einer rauhen Jahreszeit, oder so an unfreundlichen, kalten Tagen, so verlasse man das erwärmte Zimmer nicht zu bald nach dem Bade, und nur erst, nachdem man mit gehöriger Vorsicht und warm bekleidet ist. Nicht so, wie nach dem kalten Bade, ist hier die körperliche Bewegung zuträglich; man thut besser, ruhig zu bleiben, und die dann und wann sich einstellende Neigung zum Schlafe nicht mit Gewalt zu unterdrücken.

## Tropfbad, Spritzbad.

Wenn das Wasser von einer gewissen Höhe auf die leidenden Theile herunter fällt, so nennt man das Tropfbad. Ein

zusammengesetztes Tropfbad, wo viele kleinere Tropfen zugleich auf den Körper fallen, nennt man ein Spritzbad.

Die Einrichtung zu einem Tropfbade muß so seyn, daß man durch dickere und dünnere Ströme die Kraft des Bades vermindern und vermehren kann, wie es die Verschiedenheit des Uebels und der Theile, welche man will betropfen lassen, erfordert. Das Tropfbad ist um so wirksamer, je höher das Wasser auf den leidenden Theil herabfällt.

Das Tropfbad ist ein sehr heftig wirkendes Mittel, wodurch oft sehr hartnäckige, langwierige Uebel gehoben werden. Besonders nützlich ist es befunden worden: bei langwierigen, fest an einem Orte haftenden Rhevmatismen, bei krampfhaften Zufällen in einzelnen Theilen, bei kalten Geschwülsten, Gelenkgeschwülsten, Steifheit der Gelenke, bei Lähmungen, Schwäche und Schwindung einzelner Theile, auch bei mehreren Arten von langwierigen Kopfschmerzen und Schwindel.

Man hüte sich besonders, auf entzündete oder sehr empfindliche Theile ein Tropfbad zu brauchen.

Das Wasser muß weder kalt noch warm seyn, wenn es zum Tropfbade gebraucht werden soll; man mische zu dem Behuf

halb kaltes und halb warmes Wasser, weil es beim Herabfallen wieder viel von seiner Wärme verliert.

Um ein Spritzbad zu erhalten, wird ein durchlöcherter blecherner Ansatz, ungefähr wie bei einer Gießkanne, an die Röhre des Tropfbades befestiget, woraus dann das Wasser in vielen kleinen Tropfen strömt. Man bewegt dann diese so eingerichtete Röhre über dem leidenden Theile hin und her. Auch kann man in Ermangelung einer solchen Vorkehrung sich einer gewöhnlichen Gießkanne mit einer Dille bedienen, und den leidenden Theil von einer gewissen Höhe herab begießen. Das Spritzbad wirkt wie ein Tropfbad, nur auf eine weit sanftere Art; es ist daher bei schwachen und reizbaren Körpern brauchbarer, und hat vor dem gewöhnlichen Tropfbade den Vorzug, daß es auf mehrere Glieder, ja auf den ganzen Körper angewendet werden kann. Bei allgemeiner Schwäche des Körpers ist es ein sehr wirksames Mittel; indem es den größten Theil der Oberfläche des Körpers fast auf ein Mal berührt, wird seine belebende, stärkende Wirkung auch allgemeiner, als bei dem Tropfbade.

Wenn man von dem Tropf- oder Spritzbade gute Wirkung erwartet, so muß es anhaltend, täglich ein auch zwei Mal gebraucht werden, und man muß jedesmal eine Viertelstunde damit anhalten, bei sehr hartnäckigen, veralteten Uebeln, und bei weniger empfindlichen, reizbaren Personen, auch eine halbe Stunde. Ich habe auf diese Art Lähmungen und andere der oben genannten örtlichen Uebel heilen gesehen, welche vorher mehrere Jahre vergeblich mit anderen Mitteln behandelt worden waren.

## Dampf- oder Qualmbäder.

Wenn man den entblößten Körper mit den durch Wärme in Dunstgestalt ausgedehnten Wassertheilchen in Berührung setzt, sie mögen nun bloße Wassertheilchen, oder mit noch andern flüchtigen Stoffen vermischt seyn, so nennt man das ein Dunst- Qualm- oder Dampfbad. Man benutzt zu diesem Behuf entweder den über den warmen Mineralquellen schwebenden Dunst, oder man sucht Wasser durch starke Erwärmung in Dunstgestalt auszudehnen. Man kann in dieser Absicht in einem Gefäß mit Wasser, über welchem der Kranke etwa auf ausgespannten Gurten liegt, glühende

Kieselsteine oder Kanonenkugeln ablöschen, wie es die Russen in den bei ihnen sehr üblichen Dampfbädern thun *). Man hat auch natürliche Dampfbäder, wohin die Italienischen gehören, welche man z. B. bei Neapel findet, und Stufa nennt **).

Es haben die Dampfbäder eine ähnliche, aber nur weit durchdringendere und stärkere Wirkung, als die warmen Bäder; so hat auch das Bad in dem Dunste solcher Mineralquellen, welche ihrer flüchtigen Bestandtheile wegen besonders im Gebrauche sind, eine noch stärkere Wirkung, als das in ihrem Wasser selbst. Die Patienten bemerken in dem Dampfbade eine eigene Wärme, die immer stärker wird, und zuletzt meistens mit einem starken Schweiße endigt. „Ich würde rathen, davon Gebrauch zu machen, wenn ein langer Winter uns drückt, wenn der November und December uns eine anhaltende dicke, feuchtkalte Luft geben, in der man noch weniger ausdünsten kann, als in

*) Journal des Luxus und der Moden. Julius 1790.

**) Reise nach der Insel Ischia im 11ten Band der Auswahl kleiner Reisebeschreibungen. (Leipzig, bei Schneider, 1790.)

der strengsten trocknen Kälte, wenn wir zu viel dicke und katarrhalische Säfte gesammelt haben, und uns die gewöhnlichen Bäder das Gefühl von Leichtigkeit und Thätigkeit nicht geben wollen, folglich nicht genug durchdringen, mit Einem Worte, wenn unsre Maschine bis zu dem Grade stockt, wo nur ein künstliches Fieber helfen kann; denn das ist der wahre Begriff, den wir uns von einem solchen Bade machen müssen. Auch werden diejenigen, die vielleicht in ihrem ganzen Leben nie gebadet haben, und also vieljährigen Schmuz in ihrer Haut tragen, die, welche im Schmuze oder Schweiße ihres Angesichtes ihr Brot verdienen müssen, sehr wohl thun, diese durchdringenderen Dämpfe zu gebrauchen, so wie auch die, deren Haut immer mit kleinen Ausschlägen behaftet ist, oder die zu Steifheit und Schmerzen der Glieder geneigt sind" *).

Besonders nützlich hat sich das Dampfbad gegen hartnäckige Gicht an einzelnen Theilen und Lähmungen gezeigt. Eine Dame hatte gegen Gicht in den Gelenken der Fuß-

*) Dr. C. W. Huflands nöthige Erinnerung an die Bäder und ihre Wiedereinführung in Deutschland ꝛc.

knochen, die ihr das Gehen äußerst beschwerlich machte, und wobei der kranke Fuß beständig kalt war, schon das gewöhnliche laue Bad an der Driburger Quelle vergeblich gebraucht, und konnte den Brunnen gar nicht vertragen. Sie gebrauchte daher das Dunstbad täglich zwei Mal allein, ohne alle andere Arzneien. Nachdem dasselbe vier bis fünf Mal gebraucht war, kam wieder Wärme in den Fuß, und die Schmerzen verloren sich nach und nach gänzlich, so daß die Kranke nach vierzehn Tagen völlig wieder hergestellt war. Während dieser ganzen Kur bemerkte man im Urin, welcher vor und nach der Kur ganz klar war, einen häufigen weißen Bodensatz *). Nicht minder vorzüglich ist es in seiner Wirkung gegen Spannung und Steifheit in den Gliedern und Gelenken. Da dieses Bad vermöge seiner sehr reizenden Kraft sehr häufige Schweiße hervorbringt, so hat sich der Patient ganz besonders nach einem solchen Bade vor Erkältung zu hüten. Nach dem Bade lege man sich einige Stunden zu Bette. Schwächlichen Personen von sehr schlaffem Körperbau, welche ohne,

*) Brendis Anleitung zum Gebrauche des Driburger Bades rc.

hin sehr zu ermattenden Schweißen geneigt sind, ist dieses Bad gar nicht zu empfehlen. Uebrigens gilt von ihm alles, was oben über die warmen Bäder gesagt wurde. Es kann dieses Bad sowohl auf den ganzen Körper, als auch bloß örtlich auf einzelne Theile desselben angewendet werden. Man hat in Bädern Einrichtungen, daß der Dampf durch Röhren an einzelne Theile des Körpers geleitet werden kann, oder der ganze Körper wird dem Dampfe in einem verschlossenen Kasten so ausgesetzt, daß die Respiration dabei frei bleibt. Der Aufenthalt im Dampfbade ist unter den Bedingungen, wie bei dem warmen Bade, eine halbe bis ganze Stunde.

## Drittes Kapitel.

### Von den Mineralbädern und Gesundbrunnen im Allgemeinen.

Die Erfahrungen einer Reihe von vielen Jahren über die Mineralbäder, haben den Nutzen derselben bei vielen langwierigen und öfters für unheilbar erklärten Krankheiten an-

genscheinlich an das Licht gestellt. Dessen ungeachtet giebt es noch in unsern Zeiten auch sogar Aerzte, welche noch ihre Zweifel nicht aufgeben können oder wollen; Zweifel, welche wohl bei Aerzten bloß in einem Mangel an Kenntniß von dem Gehalte, der Wirkung und der Art des Gebrauchs der Mineralbäder ihren Grund haben mögen; bei Laien aber vielleicht durch den ungünstigen Erfolg nach falscher und zweckwidriger Anwendung derselben entstanden sind. Bei einigen Aerzten ist die Badreise eine Universalmedicin für alle die Kranken, welche den Vorrath ihrer Receptformuln vergeblich aufgebraucht haben; sie rathen dem Kranken, in das erste beste Bad zu gehen, dessen Namen sie einmal gehört oder gelesen haben, einerlei was für ein Bad; sie rathen das Bad zu brauchen, öfters ohne einmal recht zu wissen, was eigentlich ein Bad sey. Auch reisen Viele in das Bad, ohne einmal erst einen Arzt darüber zu befragen, auch ohne Bedenken in das erste beste, oder das am meisten besuchte, bloß durch die Nachricht von einer Base oder Muhme getrieben, daß Hansen und Kunzen, der die nämliche Krankheit gehabt hätte, das Bad geholfen habe; gleichviel welches. Wenn nun solch ein armer Kran-

ker in ein Bad kommt, welches bei seinem Uebel ganz falsch gewählt ist, und daselbst noch einen gewissenlosen oder unverständigen Badearzt findet, wie es dergleichen wohl giebt, welche ohne Unterschied jeden daselbst Ankommenden die Badekur brauchen lassen; so ist nichts natürlicher, als daß sein Uebel nicht nur nicht geheilt, sondern gar noch verschlimmert wurde. Und was war Schuld? — Das Bad? allerdings das Bad, weil es nicht das rechte war, was er hätte wählen sollen; aber deswegen dürfen wir ihm seinen Werth bei andern Krankheiten nicht abstreiten. Das erste und wichtigste also, was ein Kranker, der gesonnen ist das Bad zu brauchen, zu berücksichtigen hat, ist die Wahl des Bades. Es ist in der That eine nicht so gar leichte Sache für einen Kranken, hierüber einen in der That nützlichen und guten Rath zu erhalten, weil sogar manche Aerzte sehr wenig reelle Kenntniß von den Bädern haben, besonders die mit praktischen Geschäften sehr überhäuften Aerzte, welche öfters nur in den Dingen gehörig bewandert sind, die ihnen tagtäglich vorkommen, und denen es gar oft an Zeit gebricht, sich über andere Dinge, die etwas entfernter von ihrem Wirkungskreise liegen, die

gehörigen Kenntnisse zu verschaffen. Es verhält sich mit den Mineralbädern und Gesundbrunnen, wie mit andern in der Apotheke aufbewahrten Heilmitteln: sie sind alle trefflich und heilsam, aber alle nur zu ihrer Zeit; nie kann Ein Heilmittel für alle Krankheiten helfen.

Es giebt einige Aerzte, welche zwar den Mineralbädern und Brunnen ihre gute Wirkung nicht absprechen, welche aber das Reisen in die Bäder für unnöthig halten. Sie sagen: „wir haben alle die Bestandtheile der Mineralwässer unter dem Vorrath von Arzneimitteln in unsern Apotheken, es ist also ein unnöthiger Kostenaufwand, in Bäder zu reisen, um dieselben Arzneimittel, welche wir an Ort und Stelle bequemer aus den Apotheken brauchen können, in den Mineralbrunnen zu trinken, und Bäder, welche wir eben so wirksam zu Hause bereiten können, mit weit mehr Kostenaufwand an Badeorten zu brauchen.“ Abgerechnet, daß die Reise selbst bei den mehresten Kranken der Art sehr viel zu ihrer Genesung beitragen kann, so ist es auch wirklich nicht wahr, daß wir alle die Arzneimittel, welche Bestandtheile der Mineralwässer sind, so zuzubereiten verstehen, daß sie eine so zweckmäßige Gestalt er-

halten, wie diejenige ist, in welcher sie uns die Mineralwässer darbieten. Es würde unmöglich seyn, dieselben Verhältnisse zu treffen, nach welchen mehrere Bestandtheile der Mineralwässer gemischt sind, z. B. die Luftarten, und doch kommt, laut aller Erfahrung, auf das Verhältniß, in welchem die Bestandtheile gemischt sind, bei einem Heilmittel oft sehr viel an. Auch finden in unserer Heimath immer Verhältnisse Statt, die es unmöglich machen, uns ganz einer Kur zu widmen; wenn wir uns auch den Brunnen, so wie er an der Quelle selbst ist, zu Hause verschaffen, und in einer bequemen Einrichtung das Bad von eben denselben Bestandtheilen und Eigenschaften haben könnten, wir würden es doch nicht so ordentlich und ungestört fortbrauchen können, als an einem Badeorte, wo wir, von allen unsern Geschäften und Verhältnissen losgerissen, nur ganz allein der Sorge für unsere Wiedergenesung leben.

Ich finde es sehr zweckmäßig, wenn Badeorte zugleich der Sitz des geselligen Vergnügens sind; denn dadurch werden die kränklichen, ohnehin mehr zum Mißmuth geneigten Leute in eine heitere Stimmung versetzt, welche so sehr viel dazu bei-

trägt, ihre Genesung zu beschleunigen. Aus eben dem Grunde halte ich es für sehr gut, daß nicht lauter Kranke und nur die Kur Beabsichtigende, Badeorte besuchen, sondern auch mehrere Gesunde, bloß des Vergnügens wegen; denn Kranke sind selten aufgelegt Vergnügungen zu veranlassen, und wenn nur von solchen das Bad besucht würde, so wäre zu befürchten, daß die Langeweile der guten Wirkung der Bäder und Brunnen so manches Hinderniß in den Weg legte. Nur ist es zu bedauern, daß manche Bäder zu Tummelplätzen der Ueppigkeit und Schwelgerei gemacht werden, wo sich eine Menge Spieler, Wollüstlinge, Säufer und andere unnütze Menschen versammeln, um die eigentlichen Badegäste nicht nur an der gehörigen Benuzzung ihrer Zeit den Tag über zu hindern, und ihnen den Genuß froher Stunden zu verbittern, sondern auch des Nachts sie um Ruhe und Schlaf zu bringen. Solcher übeln Aufführung sollten billig auf das strengste Gränzen gesetzt werden. Dieser üble Brauch hat dann zur Folge, daß auch diejenigen Gäste, welche in der That des Bades und Brunnens wegen eigentlich kommen, über dem Hang, dem daselbst herrschenden Luxus nachzukommen, den eigentlichen Zweck ihrer Reise und Aufenthaltes zu sehr aus den Augen verlieren. Besonders gilt dieser

Vorwurf dem schönen Geschlechte; die Damen sorgen gar sehr dafür, ihrem Stande gemäß sich in der Kleidung gehörig auszeichnen zu können, überladen sich zu dem Behufe mit einer Menge Putz und andern Tändeleien, denken aber wenig auf reelle Bequemlichkeiten, wodurch sie sich die Kur erleichtern und ihre Genesung beschleunigen können. Und auch im Bade bleibt dieser Gegenstand die Hauptsache, die Badekur aber wird als Nebensache betrachtet. Um bis in die späte Nacht in Gesellschaften oder auf Bällen glänzen zu können, verschläft man gemeiniglich am folgenden Morgen die schicklichste Zeit zur Badekur, und weil man die übrigen Stunden zu sehr mit der Toilette für den Abend beschäftigt ist, bleibt fast gar keine Zeit übrig, um an den wahren Zweck seines Aufenthaltes zu denken.

Wer seiner Gesundheitsumstände wegen in das Bad reist, der lasse auch seine Gedanken vorzüglich auf diesen Hauptzweck gerichtet seyn. Er versehe sich bei der Abreise besonders mit solchen Dingen, welche ihm die Kur erleichtern, und lasse unnöthigen Putz nicht solchen Dingen den Platz wegnehmen, durch deren Mangel er alsdann in Verlegenheit gesetzt wird.

Besonders bei der jetzigen Beschaffenheit der Moden ist dem schönen Geschlechte vorzüglich anzurathen, sich außer den gewöhnlichen Kleidungsstücken, auch noch mit wärmern zu versehen. Niemals ist man leichter und mit mehr Gefahr der Erkältung ausgesetzt, als zu der Zeit, wenn man das Bad braucht. Auch wenn man in der schönsten und wärmsten Jahreszeit das Bad besucht, darf man der Witterung nicht trauen, und am wenigsten in Bädern, wo gemeiniglich eine bergigte Gegend noch weit mehr Veränderlichkeit der Witterung veranlaßt, als man sie an andern Orten findet. Man wähle daher eine etwas leichtere Kleidung für die wärmern Tage, welche jedoch Brust und Hals vor den schädlichen Einwirkungen der Zugluft sichert, und eine gehörig warme Kleidung für die nassen oder kälteren Tage. Ueberhaupt wird man wohlthun, die Kleidung so einfach, als möglich, zu wählen, damit nicht die kostbarsten Stunden, welche am zweckmäßigsten der Badekur gewidmet werden können, durch zeitverderbenden Putz verschwendet werden.

Ganz unentbehrlich für Jeden, der mit Nutzen das Bad brauchen will, sind Bademäntel, sowohl von Lein-

wand, als Flanell; erstere, um sich nach dem Bade abzutrocknen; letztere, um eine zweckmäßig warme Hülle zu haben, in der man einige Zeit verweilen kann, bis die Haut ihre sie erweichende Feuchtigkeit, welche sie gegen Erkältung so empfindlich macht, mehr verloren hat.

Auch wird man sehr wohlthun, sich mit einem Kissen zu versehen, auf welchem man in der Badewanne sitzen kann; es darf dies bloß von Leinwand und leicht mit Pferdehaaren ausgestopft seyn, damit man der Unannehmlichkeit überhoben ist, auf bloßem Holz oder Stein zu sitzen. Man findet zwar an vielen Badeorten dergleichen Kissen vorräthig, aber es ist doch unangenehm, sich selbiger zu bedienen, wenn man nicht fest überzeugt ist, daß sie nach ihrem vorigen Gebrauch gehörig wieder gereinigt sind.

Es sind noch verschiedene Kleinigkeiten, welche, nachdem sie die mannichfaltige Gewohnheit uns zum Badebedürfnisse gemacht, nicht gern, ja oft nicht ohne Nachtheil entbehrt werden. Man wird wohlthun, sie nicht außer Acht zu lassen und lieber sich damit zu versehen, wenn man nicht fest überzeugt ist, sie nach Wunsch auch an Badeorten be-

kommen zu können, wo man oft die entbehrlichsten wohl, aber häufig nicht einmal die nöthigsten Kleinigkeiten der Art findet. Ein Jeder muß selbst wissen, was es für Dinge sind, die ihm nothwendig geworden sind, und es ist hinlänglich, hier nur im Allgemeinen daran zu erinnern.

Ob schon im Ganzen genommen den Badegästen in den berühmteren und häufig besuchteren Bädern wenig Zeit übrig bleibt, um Langeweile zu haben, so ist es doch bei einigen, welche die häufigen Gesellschaften nicht lieben, oder nicht gern viel Zeit mit Putz verderben, der Fall, daß ihnen Stunden übrig bleiben, welche an Beschäftigung gewöhnte Personen gern ausfüllen mögen. Langeweile hat in Hinsicht ihres Einflusses auf die Gesundheit viel Aehnliches mit Sorge und Kummer, ist daher vorzüglich kränklichen Personen zu widerrathen. Ernsthafte, besonders mit Anstrengung des Geistes verbundene Arbeiten, hindern das Nervensystem, gehörig für den Körper zu sorgen, und sind vor allen Dingen zu der Zeit zu entfernen, wo Heilmittel wirken sollen. Ich kenne nichts Besseres, um solche Stunden auszufüllen, als eine gut gewählte Lectüre, welche nicht

anstrengt, aber eine muntere, heitere Geistesbeschäftigung gewährt; auch der, welchem die Zeit, während er im Bade sitzt, zu lang wird, kann sich derselben mit Vortheil bedienen. Es gehören dahin komische, launige Romane, Gedichte der Art, Lustspiele, Reisebeschreibungen u. dgl. Da man nicht immer Gelegenheit hat, sich in Bädern solche Bücher nach Wunsch zu verschaffen, so wird man wohlthun, einige geistreiche Schriften der Art, welche man mit Vergnügen mehrere Male lesen kann, mit sich zu nehmen. Nur keine weinerlichen Romane voll Empfindeleien, oder Trauerspiele der Art; dieses schleichende Nervengift zerrüttete schon oft die Gesundheit der robustesten Menschen, und ist um so mehr von allen Kränklichen zu entfernen, besonders wenn sie von Heilmitteln Nutzen erwarten.

Die beste Zeit, um die Badekur zu brauchen, bleibt immer die vom Anfang des Mai bis Mitte des Julii. Da ist es, wo die schönste Jahreszeit Alles belebt, und auch auf unsern Körper den wohlthätigsten Einfluß hat. Es ist nicht zu läugnen, daß auch die mehresten Mineralwässer zu der Zeit am reichhaltigsten in ihren Bestandtheilen sind, und am frischesten und wohlschmeckendsten aus der neuverjüngten Erde quellen; mit Einem Worte: es vereinigt sich zu der Zeit alles, die Kur

zu begünstigen. Alte, und durch vielen Genuß sehr abgelebte Personen, denen die Frühlingstage noch zu kühl sind, und die Hitze des Sommers nicht zu drückend ist, können die folgenden Monate wählen. Am häufigsten werden in den späteren Monaten, dem Julius und August, die Bäder besucht; aber wem mehr seine Kur, als große glänzende Gesellschaften und immerwährender Lärm und Zerstreuungen am Herzen liegt, wählt an den beiden früheren Monaten unstreitig besser. Er hat da bessere Abwartung, hat die Wahl unter den besten Wohnungen, kann mit mehr Ruhe seine Kur besorgen und des Nachts den Schlaf genießen. Man kann im Nothfall auch andere Jahreszeiten zur Badekur wählen, aber nie mit dem Vortheil; am allerwenigsten ist der Winter dazu geeignet. Eher kann man sich zu solchen Zeiten zu Hause des Brunnens bedienen, und dabei gewöhnliche warme Bäder brauchen, oder auch künstliche Mineralbäder, wo man seine Bequemlichkeit besser haben kann. Stärkende Mineralwässer werden oft mit großem Vortheil das ganze Jahr hindurch zu Hause getrunken, wie z. B. der Pyrmonterbrunnen; doch muß man ihn alsdann in geringerer Menge, etwa zu einer halben bis ganzen Flasche täglich, trinken.

Wenn eine Bade- oder Brunnenkur etwas helfen soll, so ist unumgänglich nöthig, daß sie auch eine gehörige Zeit ununterbrochen und in der gehörigen Ordnung fortgebraucht werde; es ist daher nöthig, daß die Brunnengäste eine bestimmte Ordnung in ihrer ganzen Lebensart während der Kurzeit beobachten, wenn sie von dem Gebrauche des Bades und Brunnens Vortheil sehen wollen.

Um zu gehöriger Zeit mit dem Trinken des Brunnens anfangen zu können, ist es nöthig, bei Zeiten das Bette zu verlassen, im Sommer wenigstens um 6 Uhr. Es ist am vortheilhaftesten, erst das Frühstück zu nehmen, ehe man den Brunnen anfängt zu trinken; besonders ist das Personen anzurathen, welche einen reizbaren, schwachen Magen haben, an Magenkrämpfen leiden, und des Morgens an warme Getränke gewöhnt sind. Das Frühstück muß aber eine Stunde vor dem Brunnen genommen werden. Es muß das Frühstück nicht in einer zu großen Menge warmer schlappen Getränke bestehen; wer an Kaffee gewöhnt ist, trinke ein paar Tassen starken Kaffee; am vorzüglichsten ist Chokolade in Wasser gekocht, oder eine kräftige Suppe; Thee taugt schlechterdings nichts.

So wird man zwischen 7 und 8 Uhr bereit seyn können, den Brunnen zu trinken. Es herrscht auch hier bei den Brunnenkuren das alberne Vorurtheil, daß viel auch viel helfe, und in dieser Meinung wird oft in Bädern der Magen mit einer ungeheuern Menge Wasser überfüllt, die auch dem Stärksten schlecht bekommen würde. Eine zu kleine Quantität kann allerdings nichts nützen, und es ist daher nöthig, daß diejenigen, welche schwache Magen haben, sich nach und nach daran gewöhnen, eine gehörige Menge von dem Brunnen zu vertragen. Ueber zwei gewöhnliche Burgunderbouteillen sollte von keinem Brunnen auf ein Mal getrunken werden; doch richte man sich hierinnen jedesmal nach seinem Magen. Bekommt man nach dem Brunnentrinken Magendrücken, nicht den gehörigen Urinabgang, Verstopfung oder Durchfall, und Unbequemlichkeiten von Blähungen, so hat man schon zu viel getrunken; man gehe zu einer kleinern Quantität zurück, und suche nach und nach etwas mehr vertragen zu können; auch kann man mit magenstärkenden und krampfstillenden Arzneimitteln dem Magen zu Hülfe kommen. Man muß das Wasser langsam nach und nach trinken, etwa alle Viertelstunden ein Glas, so daß man etwa eine Stunde, bis anderthalbe, mit dem Wasser-

trinken zubringt. Bei dem Wassertrinken selbst sowohl, als nach demselben, ist es sehr zweckmäßig, sich gelinde Bewegung zu machen; doch muß diese nie ermüdend seyn. Da der sehr flüchtige Brunnengeist nicht nur an und für sich ein sehr wirksamer Bestandtheil der Mineralwässer ist, sondern auch andere Bestandtheile aufgelöst erhält, welche das Wasser fallen läßt und absetzt, wann dieser verfliegt; so nehme man sich in Acht, ihn nicht verfliegen zu lassen, ehe man das Wasser trinkt. An der Quelle selbst ist der Brunnen aus eben dem Grunde allemal am wirksamsten; wenn man genöthigt ist den Brunnen von Flaschen zu trinken, so verstopfe man sie allezeit sorgfältig wieder, wenn man ein Glas eingeschenkt hat: das eingeschenkte Glas muß allezeit sogleich ausgetrunken werden.

Eine Stunde nach dem Wassertrinken benutze man dazu, sich gelinde Bewegung zu machen, am besten durch Spazierengehen. Wird man durch übele Witterung daran verhindert, so gehe man in einem geräumigen Zimmer auf und ab, etwa da, wo man sich des Brunnentrinkens wegen versammelte, wozu in den mehresten Bädern geräumige Säle bestimmt sind. Nachdem, also etwa eine Stunde nach dem Trinken, gehe man in das Bad. Es ist im Vorhergehenden das Hauptsächlichste

über das Baden gesagt worden, und darf also hier nicht wiederholt werden; da alle Mineralbäder warm seyn sollen, und gewärmt werden müssen, wenn die Quellen kalt sind, so verweise ich besonders auf das, was von den warmen Bädern gesagt worden ist.

Die übrige Lebensart muß, wie schon gesagt, dem Hauptzwecke, durch die Kur seine Gesundheit wieder zu erlangen, entsprechen: Man mache sich so viel angenehme Zerstreuung und mit mäßiger Bewegung verknüpfte Vergnügungen, als man kann, ohne der Hauptsache Abbruch zu thun. Man vermeide zu heftige, ermüdende Bewegung eben so sehr, als vieles Sizzen und Innestecken in dem Zimmer, wovor besonders das schöne Geschlecht zu warnen ist; man vermeide alle Gelegenheit sich nach einer Erhitzung zu erkälten, vorzüglich, weil während dem Gebrauch der Bäder die Haut sehr empfindlich ist. Ein mäßiger, nicht ermüdender Tanz ist zwar eine zweckmäßige Motion, wird aber dadurch nachtheilig, daß gemeiniglich damit die Nothwendigkeit verknüpft ist, bis spät in die Nacht aufzubleiben und dann am folgenden Morgen die beste Kurzeit zu verschlafen. Eben so ist es mit den Schauspielen, wenn sie zu spät anfangen; die Kurgäste werden dadurch in die Nothwendigkeit

versetzt, zu spät zu essen, und wollen sie sich dann nicht zu ihrem größten Nachtheil mit vollem Magen zu Bette legen, über die Zeit aufzubleiben. Uebrigens gilt vom Schauspiele ebendas, was schon über die Lectüre gesagt worden ist: Trauerspiele sind hier eben so sehr zu widerrathen, wie Lustspiele zu empfehlen; nur müssen sie gut seyn und nicht Langeweile machen.

Vorzüglich nöthig ist es, im Essen und Trinken eine gehörige Ordnung zu beobachten, sowohl was die Zeit als auch die Speisen selbst, ihrer Menge und ihrem Gehalte nach, betrifft. Badegäste haben, sowohl der Kur als auch der damit verknüpften Bewegung und Zerstreuung wegen, gemeiniglich einen etwas zeitigern und stärkeren Appetit. Es ist daher schon deshalb rathsam, sowohl Mittags als Abends nicht zu spät zu Tische zu gehen; das späte Abendessen hat überdies noch das Nachtheilige, daß man genöthigt ist, entweder sich mit vollem Magen, oder zu spät zu Bette zu legen. Die beste Zeit ist Mittags um 12, Abends um 7 Uhr, wenn man, wie es geschehen sollte, wenigstens um 10 Uhr zu Bette gehen und des Morgens um 6 Uhr aufstehen will. Man muß sich sehr hüten, den Magen nicht zu überladen, wenn der Brunnen vertragen

werden und Nutzen schaffen soll; es sind daher alle Gastereien in Bädern nachtheilig, weil man nie dabei Herr über sich und seinen Magen seyn kann. Man wähle so viel wie möglich immer leichte Speisen, und meide schwer zu verdauende, blähende Gemüße, fette, stark gewürzte, geräucherte und eingesalzene Speisen, auch Mehlspeisen und Backwerk taugen nicht viel. Das schicklichste Getränke ist bei Tische Wasser mit etwas Wein; Mineralwässer sind nicht bei Tische zu empfehlen, es sey denn ein leichter Sauerbrunnen mit etwas Wein.

## Viertes Kapitel.

### Abführende und auflösende Mineralwässer.

Seit in unserer Heilkunde ein wenig mehr Licht über die Oekonomie unsers Organismus verbreitet ist, und man nicht mehr nöthig hat, auf die Hypothese, als sey der thierische Körper ein Schlammsack, sein Räsonement über die dann und wannige Gegenwart häufigerer oder veränderter Stoffe in verschiedenen

Theilen desselben zu gründen, sehen vernünftigere Aerzte bei weitem nicht mehr so öfters auszuleerende Unreinigkeiten als ehemals. Man hat einsehen gelernt, daß eine fehlerhaft vermehrte Erzeugung von Auswurfsmaterien und Unreinigkeiten häufig ihren Grund in der fehlerhaften Beschaffenheit der Theile hat, wo sie Statt findet; man ist durch die Erfahrung belehrt worden, daß dann das bloße Ausräumen durch Laxirmittel nichts hilft, sondern vielmehr dadurch, daß es die Beschaffenheit der Verdauungswerkzeuge noch mehr verschlechtert, das Uebel schlimmer mache; und man hat mit sehr gutem Erfolge den Organen bei dem Gebrauche zweckmäßiger Mittel zu ihrer Wiederherstellung, die Ab- und Aussonderung solcher angesammelten Stoffe in vielen Fällen selbst überlassen können. Darinne ist die Enträthselung solcher Wunderkuren zu suchen, welche heut zu Tage ganz junge, kaum von Universitäten gekommene, Aerzte an Kranken verrichteten, welche ihres langwierigen Uebels wegen, sowohl zu Hause, als in Laxirbädern, auf Anrathen ihres alten, fest auf seinen alten Meinungen beharrenden Arztes, zu verschiedenen Malen, ohne günstigen Erfolg, ablaxirt worden waren. Daher kommt es, daß der Gebrauch solcher Mineralwässer jetzt seltener und mit mehr Einschränkung

angerathen wird, und daß auch ich mehrere meiner Leser für den Gebrauch folgender Arten der Mineralwässer, als dieser, zu gewinnen hoffe.

Es ist der Gebrauch dieser Wässer zum Bade wohl von dem als Brunnen zu unterscheiden; sie haben eine ganz verschiedene Wirkung bei ihrer Anwendung auf die Oberfläche des Körpers, von der, welche sie bei dem innern Gebrauch als Abführmittel äußern, und zuverlässig hat ihre Anwendung zum Bade vieles von dem wieder gut gemacht, was sie durch ihren innerlichen Gebrauch verdarben. Erstlich wollen wir von ihrer innern Anwendung sprechen und sehen, in welchen Fällen sie auf diese Art nützlich werden können.

Die erste Anzeige, welche wir haben, ein Abführungsmittel zu reichen, ist, wenn durch Diätfehler, oder andere Ursachen, im Darmkanal selbst Unreinigkeiten angehäuft sind, die nun als die vorzügliche fortdauernde Ursache des Uebelbefindens anzusehen sind, und deren Fortschaffung wir wegen der beträchtlichern Fieberbewegungen, welche sie bereits fruchtlos veranlaßten, nicht ferner den eigenen Naturkräften anvertrauen können. Ob schon in mehreren solchen Fällen eine hinreichende Menge eines abführenden Mineralwassers, so wie ein anderes in der

Apotheke bereitetes Abführungsmittel, gute Dienste thun kann, so gehören doch alle diese Fälle nicht hierher: Erstlich ist bei ihnen keine Zeit zu verlieren, wenn man durch ein Abführungsmittel Nutzen schaffen will; auch ist hier meistens hinreichend, ein, höchstens zwei Mal ein solches zu reichen, nie ist bei ihnen eine lange Laxirkur nöthig; es würde also lächerlich seyn, deshalb in ein Bad reisen zu wollen. Ueberhaupt ist bei dem Gebrauche der Bäder und Mineralbrunnen immer nur von langwierigen Uebeln die Rede, welche eine lange anhaltende Kur erfordern.

Solche Fälle sind, wo erstlich wegen einer bleibend gewordenen Trägheit des Darmkanals allerlei anhaltende und öfters wiederkehrende Uebel im Unterleibe Statt finden, wenn dieses besonders bei übrigens starken, vollsaftigen Personen der Fall ist. Schwächliche, hagere Körperbeschaffenheit ist aber eine Gegenanzeige, und erfordert wenigstens sorgfältige Behutsamkeit bei dem Gebrauche abführender Mineralwässer, so wie auch nebenbei den Gebrauch anderer Arzneien. Sodann ist der Gebrauch solcher Mineralwässer zweckmäßig, wenn durch eine solche träge Beschaffenheit des Darmkanals in anderen Theilen des Körpers nachtheilig vermehrte Thätigkeit Statt fin-

det, und daher z. B. Hautkrankheiten, heftiger Andrang des Blutes nach dem Kopfe und Kopfschmerzen entstehen. Auch hat der Gebrauch dieser Wässer oft großen Nutzen geleistet, bei krankhafter Beschaffenheit anderer mit dem Darmkanale in Mitleidenschaft stehender Eingeweide, besonders Verhärtungen derselben. Hier ist nicht die auszuleerende Materie, sondern der Reiz zu berücksichtigen, der durch die vermehrte Thätigkeit des Darmkanals auf diese Theile durch Mitleidenschaft veranlaßt wird, und sie zur mehrern Thätigkeit stimmt.

Es haben zwar alle die abführenden Wässer die Wirkung, daß sie durch Mitleidenschaft, indem sie den Darmkanal reizen, auch auf das System der Saugadern, welche die nicht gerötheten Feuchtigkeiten des Körpers zurichten und in Umlauf bringen, wirken und zu mehrerer Thätigkeit treiben. Doch sind mehrere unter ihnen, welche wegen anderer ihnen beigemischten Bestandtheile eine noch stärkere und eigenthümliche Kraft besitzen, auf das System dieser Saugadern zu wirken. Indem sie dadurch die eigene in die Augen fallendere Wirkung äußern, Fehler aus Trägheit des Saugadersystems, als Stockungen in den Säften, und allerlei Arten von Verhärtungen in verschie-

denen Theilen des Körpers zu heben, werden sie vorzugsweise mit dem Namen auflösender Mineralwässer belegt.

Eine ähnliche Bewandtniß hat es mit den sogenannten auflösenden Badewässern. Sie haben vermöge ihrer Bestandtheile vorzüglich auf das Saugadersystem wirkende Kräfte, bewirken die Einsaugung stockender Materien, und heben besonders allerlei Verstopfungen im Drüsensystem.

Unter den abführenden Mineralwässern sind das Seidschüzer und Seidlizer Bitterwasser die vorzüglichsten. Seidschüz und Seidliz liegen in Böhmen, 9 Meilen von Prag, etwa eine kleine halbe Stunde aus einander. Es haben diese Wasser einen bittern, salzigen Geschmack, daher sie auch Bitterwasser genannt werden. Das Wasser ist klar und helle und sprudelt gar nicht, doch sieht man, wenn es einige Zeit der freien Luft ausgesezt ist, daß sich kleine Luftblasen an das Glas ansetzen; die Bitterkeit wird dadurch unangenehmer. Es darf weder in freier Luft noch in der Wärme einen Bodensatz fallen lassen.

Es sind diese Wässer ein angenehmes und gelindes Laxirmittel, welches schnell und sicher wirkt, ohne dabei die Verdauungswerkzeuge anzugreifen und zu verderben. Wenn es

als Laxirmittel wirken soll, läßt man alle Stunden etwa ein halbes Nösel, bei zarten Personen etwas weniger, trinken, bis es anfängt zu wirken. Bei Uebeln, wo es nöthig ist anhaltend ein gelindes auflösendes Abführungsmittel zu brauchen, läßt man Morgens und Abends, nach Maßgabe der Körperbeschaffenheit, ein größeres oder kleineres Glas davon nehmen, so daß es ein bis zwei Mal gehörig offenen Leib veranlaßt. Personen von vollsaftiger, schwammiger Körperbeschaffenheit, welche an einer eingewurzelten Neigung zu Verstopfungen leiden, bekommt eine solche Kur sehr gut. Bei zarten, hageren und empfindlichen Personen darf es nie in großen Gaben und anhaltend gebraucht werden.

Bei anhaltenden Kuren, wo man kleinere Gaben auf einmal nimmt, thut man wohl, es mit Milch zu versetzen; es schmeckt dann angenehmen und wird von den Mehresten leichter vertragen.

Unter den auflösenden Wässern verdient den ersten Platz das allgemein bekannte und beliebte Selterser-, Selter-, auch Salzer-Wasser. Dieser Brunnen liegt im Trierschen, unweit der Stadt Limburg, etwa 5 Meilen von Frankfurt am Main. Erst seit etwa 10 Jahren ist die Einrichtung

daselbst getraffen, daß es von Brunnengästen besucht werden kann.

Das Selterser-Wasser ist ein allgemein bekanntes angenehmes Getränke, von einem angenehmen erfrischenden, etwas wenig säuerlichen Geschmack. Es muß immer auf das beste verstopft gehalten werden, indem es sogleich in der Berührung mit der freien Luft seinen Brunnengeist entweichen läßt, und dann seine Eigenschaft zu perlen, seinen angenehmen Geschmack, und einen großen Theil seiner Wirkung verliert. Recht fest verstopft kaan man es in guten Kellern Jahre lang erhalten.

Es ist dieses Wasser ein treffliches Mittel gegen Säuren im Magen und gegen Verschleimungen des Darmkanals. Auch ist es sehr heilsam gegen Stockungen im Saugadersystem und Drüsenverstopfungen. Es wirkt eigenthümlich auf den Urinabgang, und führt Schleim und Unreinigkeit auf diesem Wege ab. Daher leistet es vorzüglichen Nutzen beim Sodbrennen, bei Magendrücken und Magenkrämpfen von Verschleimung oder Säure im Magen, bei Verstopfungen der Leber, der Gekrösdrüsen, bei allgemeiner Verschleimung, bei Schleimschwindsucht, bei Gliederreissen, bei Unordnungen in der monatlichen Reinigung, beson-

ders bei Verhaltung derselben. Man trinkt es mit etwas Milch, mit blankem Wein, oder auch unvermischt; nach Beschaffenheit der Umstände können noch andere Arzneimittel damit verbunden werden. Vorzügliche Dienste leistet es in der Bleichsucht, wenn besonders Fehler der Verdauungswerkzeuge dabei vorhanden sind, mit Stahlwein; nur muß jedesmal die Portion, welche man auf ein Mal trinken will, gemischt werden.

Ein dem Selterser-Wasser in seiner Wirkung ganz gleich kommendes Mineralwasser ist das Biliner in Böhmen. Das Emser Bad, nebst einem Dorfe gleiches Namens, liegt in der Wetterau am Lahnflusse, 3 Stunden von Coblenz. Es wird hier sowohl gebadet, als auch Brunnen getrunken. Die sämmtlichen Wässer, sowohl die Trink- als Badewässer, sind natürlich warm. Der Geschmack des Wassers ist fade, doch eben nicht unangenehm.

Der Gebrauch dieser Wässer sowohl zum Bade als auch zum Trinken, leistet besonders Nutzen in langwierigen Rheumatismen und Gicht, bei Steifheit der Glieder, langwierigen Hautausschlägen, bei stockenden Hämorrhoiden, besonders Schleimhämorrhoiden, bei langwierigen Katarrhen und Husten

mit vielem Schleimauswurf, bei allerlei Magenbeschwerden, welche von Verschleimung und Säure entstehen, auch bei Fehlern der Urinwege, besonders bei Verhaltung des Urins von Verschleimung oder Gries in den Urinwegen.

Töplitz. Eine sehr angenehme, in einer der schönsten Gegenden liegende Stadt im Leutmeritzer Kreise des Königreichs Böhmen. Die hier befindlichen warmen Quellen werden bloß zum Baden gebraucht. Diese Bäder leisten treffliche Dienste bei Gicht und Rheumatismen, bei Steifheit der Gelenke, gegen langwierige und zurückgetriebene Hautausschläge. Ganz vorzüglich hat sich ihr Nutzen bewährt bei alten bleibend werdenden, oder bald nach geschehener Heilung wieder aufbrechenden Geschwüren. Man schickt häufig auch bleichsüchtige, an allerlei Fehlern von krankhafter Reizbarkeit, auch an Magenkrämpfen und Schwäche der Verdauungswerkzeuge leidende Personen nach Töplitz. Daran thut man aber sehr Unrecht. Sind es sehr empfindliche, reizbare Personen, so schadet ihnen das Töplitzer Bad offenbar, oder es schafft ihnen keinen Nutzen weiter, als andere gewöhnliche warme Bäder auch. Für solche Personen haben wir weit vortheilhaftere und heilsamere Bäder, wie wir in der Folge sehen werden.

**Karlsbad.** Eines unserer vorzüglichsten und wirksamsten Bäder. Es liegt im Ellenbogner Distrikt des Königreichs Böhmen, 5 Meilen von Eger. Die fünf Hauptquellen, welche man daselbst hat, sind alle warm; der Sprudel ist der heißeste und stärkste unter allen. Frische Eier werden im Sprudel hart, und man kann die Federn vom Geflügel, auch die Borsten von Schweinen damit abbrühen.

Das Karlsbader Wasser verdient den Vorzug unter allen auflösenden Mineralwässern, die wir haben, bei Fehlern der Verdauungswerkzeuge und Verstopfungen des Leibes; indem es bei seinen auflösenden Eigenschaften auch den schwächern Verdauungswerkzeugen nicht ganz feind ist. Es rührt das von seinem zwar geringen, aber doch nicht ganz zu verachtenden Eisengehalte. Doch ist es Personen von zarter, reizbarer Körperbeschaffenheit, welche an Schwäche der Verdauungswerkzeuge leiden, nicht anzuempfehlen, weil es bei ihnen leicht schwächende und diese Uebel vermehrende Durchfälle veranlaßt. Bei Leberverstopfungen und daher entstandener Gallsucht, bei Hypochondrie von Verstopfungen und Stockung der Säfte im Unterleibe, so wie auch bei stockenden Hämorrhoiden, leistet es herrliche Dienste Durch seine eigenthümliche Wirkung auf

den Urin wird es sehr wirksam bei Steinbeschwerden, bei Gries, Sand und Schleimanhäufung in den Urinwegen. Wenn bei dem innern Gebrauch des Wassers auch zugleich häufig genug gebadet wird, was man immer im Karlsbad verfehlt, so ist der Gebrauch dieser Wässer auch bei Gicht und Rheumatismen sehr zu empfehlen.

Man fehlt im Karlsbad häufig dadurch, daß man zu viel Brunnen trinkt, und indem man dadurch täglich ablaxirt wird, den Vortheil ganz einbüßt, den dieses Wasser zugleich als stärkendes Mittel bei mäßigerem Gebrauch gewähren würde. Auch zwanzig Becher, welche man den meisten Kranken jetzt noch trinken läßt, ist eine viel zu große Quantität für nicht sehr robuste Körper. Die Hälfte würde öfters weit bessere Wirkung thun.

Wer das Wasser vom Sprudel wegen seiner großen Hitze nicht vertragen kann, der trinke erst von einer andern, weniger heißen Quelle, etwa vom Urubrunnen. Nach und nach wird man auch das Wasser vom Sprudel vertragen lernen.

Das Schlangenbad, nicht weit von Mainz. Es hat seinen Namen von den vielen Schlangen, die sich in

dortiger Gegend aufhalten; sie sind aber nicht giftig. Das Wasser hat eine bläuliche Farbe, ist milchwarm, und wie ein fettes Seifenwasser anzufühlen. Die Fettigkeit schwimmt oben auf dem Wasser wie ein scheinbarer Schmutz, und klebt an den Händen und dem Leibe. Es sind mehrere Quellen daselbst, welche alle warm sind. Der Geschmack des Wassers ist gelind salzig.

Aeußerlich gebraucht ist es vorzüglich ein sehr gutes, reinigendes, die Haut erweichendes und geschmeidig machendes Bad, es vermindert die große Reizbarkeit und ist daher bei empfindlichen, zu Krämpfen gereizten Personen zu empfehlen. Es hebt auch Steifigkeit der Glieder, und ist gegen alte fressende Geschwüre und langwierige Hautausschläge sehr heilsam.

Auch innerlich werden diese Wässer gebraucht, und besonders mit Nutzen gegen Krämpfe des Unterleibes, krampfhafte Engbrüstigkeit, gegen Fehler der Urinwerkzeuge, Steinbeschwerden, Anhäufung von Gries und Sand. Für alte steifgewordene Personen, mit hagerem Körper und pergamentartiger Haut, ist dieses Bad ein Verjüngungsmittel.

Der Badeschlamm ist zum Trocknen und Heilen alter Geschwüre sehr zuträglich.

---

## Fünftes Kapitel.

### Reizende die Ausdünstung befördernde Mineralwässer.

Hierher gehören die sämmtlichen schwefelhaltigen Wässer. Es zeichnen sich alle diese Wässer durch einen eignen Geruch und Geschmack, fast wie faule Eier, aus. Polirte Metalle werden in ihren Dunstkreisen angegriffen, und laufen an. Silber besonders wird ganz schwarz.

Die Wirkung dieser Wässer ist vorzüglich reizend und schweißtreibend; ihrer andern Bestandtheile wegen, sind diese Wässer auch zugleich auflösend, wobei sie durch die oben genannten Kräfte sehr wirksam unterstützt werden. Innerlich gebraucht, reizen und beleben sie die Muskelfaser, vermehren die Thätigkeit des Nervensystems, bringen die Säfte mehr in Umlauf, und befördern die Thätigkeit des Hautorgans. Bei Personen, welche zu Blutflüssen, zu Andrang

des Blutes nach dem Kopfe, zum Blutspeien, zu heftigen Hämorrhoidalflüssen geneigt sind, und überhaupt bei Allen, welche vollblütig sind, erfordert besonders die innere Anwendung dieser Wässer große Vorsicht. Viele solcher Personen können den innern sowohl als äußern Gebrauch dieser Wässer gar nicht vertragen. Aeußerlich gebraucht, besonders als Dampfbäder sind sie äußerst durchdringend und wirken sehr kräftig auf die Thätigkeit des Nerven- und Saugadersystems. Ihre Anwendung ist vortheilhaft bei Fehlern von Abstumpfung und Trägheit des Nervensystems; daher haben sie oft bei ihrer innern und äußern Anwendung, die hartnäckigsten Lähmungen der Glieder geheilt. Alte, welche der Abstumpfung ihres Nervensystems wegen, öfters schwindelnd umhertaumelten, ohne Besinnung umfielen und öfters Gefahr liefen durch einen Schlagfluß schnell zu enden, hat der Gebrauch dieser Mineralwässer häufig wieder verjüngt. Viele durch Gicht, Rheumatismen, alte Geschwüre, durch alle Arten von Gliederkrankheiten verkrüpelte Personen, seit langen Jahren durch immer wiederkehrende Krätze, und andere langwierige Hautausschläge gepeinigte Menschen, kehrten glücklich geheilt aus diesen Bädern zurück.

Auffallend heilsam ist der Gebrauch dieser Wässer nach den traurigen Folgen einer unvernünftigen, oder wegen vernachlässigter venerischer Uebel langwierigen Mercurialkur. Nicht minder gegen Bleivergiftung; Personen, welche ihres Gewerbes wegen mit diesem Metall umgegangen, häufig dessen Dunst oder Staub eingesogen haben, und nun an den traurigen Folgen desselben, an Bleikoliken, Abmagerung und Zusammenschrumpfung ihres Körpers leiden, können nichts besseres thun als diese Mineralwässer zu brauchen. Auch gegen Krankheiten der Urinwege, gegen Nieren- und Blasensteine, sind diese Wässer öfters mit großem Vortheil gebraucht worden.

Der Dunst dieser Schwefelwässer ist beim Einhauchen den an Lungenschwindsucht leidenden Personen sehr heilsam, und mit gehöriger Vorsicht angewendet, auch der Gebrauch des Wassers, sowohl innerlich als äußerlich.

Die Dampf- oder Qualmbäder von solchen Schwefelwässern sind vorzüglich wirksam bei Gliedschwamm, bei Steifigkeit der Gelenke, bei Gichtknoten und Lähmungen der Glieder; sie haben öfters bei den hartnäckigsten Uebeln dieser Art Hülfe geleistet.

Man kann diese Schwefelwässer auch nachmachen, um sie zu Hause, sowohl zum Baden als auch zum innerlichen Gebrauch anzuwenden. Zum Bade kann man nach Maßgabe des mehreren oder wenigeren Wassers, was man zum Bade nimmt, mehrere Lothe erdiger Schwefelleber, mit kochendem Wasser aufbrühen, und dem Badewasser beimischen lassen. Noch wirksamer wird die Mischung seyn, wenn man zugleich etwas verdünnte Schwefelsäure hinzumischt. Zum innern Gebrauch kann man eine reichliche Messerspitze dieser erdigen Schwefelleber mit einigen Tassen kochenden Wassers aufbrühen lassen.

Unter den vorzüglichsten Schwefelwässern verdient den ersten Platz das

Achener Wasser; zu Achen im Herzogthum Jülich. Die Achener Quellen sind die stärksten Schwefelquellen, die wir haben. Ganz Achen ist mit Schwefeldünsten umgeben, aber es machen diese den Ort nicht ungesund, vielmehr befinden sich lungensüchtige Personen daselbst recht wohl. Man zählt sechs Quellen in Achen, von denen alle eine beträchtliche Wärme haben, die stärkste und wärmste aber von allen ist die Kaiserquelle. In den Quellen, und so lange das Wasser noch frisch

und warm ist, bleibt es frisch und helle; wenn es kalt geworden, trübt es sich. Der Geschmack dieses Wassers ist wie von faulen Eiern, salzig, laugenhaft und bitterlich. Man trinkt von 2, 3 bis höchstens 8 kleinen Gläsern.

Baden; in der Nähe von Wien. Warme mit vielem Schwefel und Schwefelleberluft versehene Bäder, von einem beständig milchichen Ansehen. Der Geschmack ist säuerlich salzig und angenehm bitter. Man gebraucht das Wasser zum Trinken und Baden. Auch sind Dampfbäder daselbst, die mit dem größten Vortheil gegen die oben erwähnten örtlichen Uebel gebraucht werden.

Urmendorf, in der Grafschaft Schaumburg, zeichnet sich durch seine vorzüglich schöne Gegend, und die trefflichen Anstalten für Badegäste aus. Es sind zwei Hauptquellen da, wovon die eine zum Baden, die andere zum Trinken gebraucht wird. Das Wasser ist kalt, hat bald ein milchiges, bläuliches, grünliches bald schwärzliches Ansehen, bisweilen ist es auch ganz klar; es richtet sich hierinnen nach der Beschaffenheit der Witterung. Es hat einen starken Geruch nach faulen Eiern, und einen durchdringenden schweflichen dabei bitterlich salzigen Geschmack.

Meyenberg, in der Grafschaft Lippe. Das Wasser ist klar und durchsichtig, wenn es geschöpft wird; läßt man es aber stehen, so wird es milchfarbig, und läßt einen wahren Schwefel fallen. Es schwebt beständig ein Dampf um das Wasser wie ein Nebel, der einen unausstehlichen Geruch von sich giebt. Unerachtet das Wasser kalt ist, so fühlt man doch nahe bei dem Brunnen eine außerordentliche Wärme um die Beine, die herauf bis zum Leib geht, und Schweiße in diesen Theilen erregt.

Wenn man das Wasser trinkt, so empfindet man einen kitzelnden geistigen Geruch in der Nase und einen durchdringend säuerlichen pikanten Geschmack.

Außer den Wirkungen der anderen Schwefelwässer hat es noch den Vorzug, daß es wegen seinem Stahlgehalt zugleich stärkend ist, und sagt daher bei Schwäche der Verdauungswerkzeuge besser zu als andere Schwefelwässer. Hypochondrischen und hysterischen Personen bekommt es daher sehr gut.

Zum Baden wird es wie alle andere Schwefelwässer mit Nutzen gebraucht. Bei alten Geschwüren und offenen Schäden ist es noch heilsamer, als die vorher genannten Schwefelbäder.

# Sechstes Kapitel.

## Stärkende Mineralwässer.

Es gehöret hierher die ganze beträchtliche Anzahl der eisenhaltigen, oder Stahlwässer. Sie leisten sowohl durch ihre Anwendung als Bäder, als auch durch ihren innern Gebrauch, die treffliche Wirkung, den festen Theilen ihre verlorene Kraft und Stärke wieder zu geben, machen sie dadurch zu den ihnen für die Erhaltung des Organismus angewiesenen Geschäften wieder tauglicher, und vermindern die bei ihrer Schwäche ihnen eigen gewordene zu große Empfindlichkeit und Reizbarkeit. Die wegen Schwäche zu Verschleimung, Anhäufung von Säure, zu Sodbrennen, Krämpfen und allerlei schmerzhaften Empfindungen, zu Erbrechen ohne augenscheinliche Veranlassung oder unbedeutende Ursachen, geneigte Verdauungswerkzeuge erlangen durch sie ihre Stärke wieder. Die Verstopfungen, von Schwäche des Darmkanals bei Hypochondristen, die große Empfindlichkeit derselben, ihre bange ängstliche Stimmung, ihr trauriger schlafloser Zustand, die mannichfaltigen sie täuschenden und den

Glauben an allerlei furchtbare Krankheiten ihres Körpers erregenden Gefühle, hebt oder verbessert wenigstens nichts so zuverlässig, als der Gebrauch dieser Bäder und Brunnen. Wie manches bleichsüchtige Mädchen, wie manches Weib, welche bei Unordnungen in ihrer Monatsreinigung immer kränker und kränker werdend einer traurigen Zukunft entgegen sah, welche bei einem, hartnäckig allen Mitteln trotzenden weißen Fluß zusehends abmagerte, kehrten glücklich geheilt aus diesen Bädern zurück! Schon so mancher Wüstling und Wollüstling, der frech seine Kräfte elenden Leidenschaften hinopferte, kaum zu den unbedeutendsten Geschäften noch brauchbar, kraftlos umher schlich, erlangte durch den Gebrauch dieser Mineralwässer einen Theil seiner verschwendeten Kräfte wieder.

Allerdings hat bei diesen herrlichen Wirkungen dieser Wässer der Stahlgehalt das größte Verdienst. Die dem Stahl eigene Wirkung wird aber in ihnen durch ihre andern Bestandtheile auf eine mannichfaltige Art unterstützt. Zu den in dieser Hinsicht vorzüglich schätzbaren Bestandtheilen gehört unstreitig der Brunnengeist, ein flüchtig reizendes, krampfstillendes und die Wirkung der Eisenmittel in allem Betracht trefflich unterstützendes Mittel. Nicht minder vortheilhaft in vieler Hin-

ſicht ſind die mit den Stahlwäſſern verbundenen auflöſenden Salze; ſie unterſtützen beſonders die Wirkung des Stahls auf die Verdauungswerkzeuge, indem ſie den bei Schwäche derſelben ſich faſt allezeit anhäufenden Schleim auflöſen und zum Ausleeren geſchickter machen.

Die Stahlwäſſer ſind in ihrer Miſchung beſonders in der Hinſicht zu unterſcheiden, daß einige derſelben weniger Eiſentheile und andere feſte Beſtandtheile enthalten. Es verbinden dieſelben mit einem geringern Stahlgehalte etwas auflöſende Salze und eine anſehnliche Menge von Brunnengeiſt; andere haben eine größere Menge Eiſen und andere feſte Beſtandtheile bei ſich. Die letztern, welche die ſtarken Stahlwäſſer genannt zu werden verdienen, haben den Vorzug in Hinſicht auf ihre ſchnellere und ſtärkere Wirkung; nur erfordern ſie eine nicht zu ſchwächliche Körperbeſchaffenheit, um vertragen zu werden, beſonders etwas ſtärkere Verdaunngswerrzeuge.

Die erſtern, die ſchwächern, gelindern Stahlwäſſer, verdienen beſonders empfohlen zu werden, um ſehr ſchwächlichen, reizbaren Perſonen, mit ſehr empfindlichen, zu Krämpfen geneigten Mägen, den Weg zum Gebrauche ſtärkerer Stahlwäſſer zu bahnen.

Vollblütige, zum Blutspeien besonders geneigte Personen dürfen von diesen Wässern keinen Gebrauch machen. Man hat häufig bemerkt, daß sehr reizbare, schwächliche Personen, welche den innern Gebrauch der Stahlwässer erst nicht vertragen konnten, die stärksten Stahlwässer vertrugen, nachdem sie einige Zeit die Stahlbäder bloß allein, bei einer übrigens zweckmäßigen Diät, gebraucht hatten.

## 1. Leichte Stahlwässer.

Fachingen, an der Lahne in der Nähe von Diez. Ob schon dieses Wasser keinen unbeträchtlichen Gehalt an Stahl und anderen festen Bestandtheilen hat, so gehört es doch zu den angenehmsten und am leichtesten zu vertragenden Stahlwässern. Es ist ein sehr erfrischendes kühlendes Getränke, das man auch sogar bei der Mahlzeit ohne Beschwerden trinken kann, wenn man nicht sehr Ursache hat, sich über die Schwäche seines Magens zu beklagen. Mit Wein, vorzüglich aber mit Rheinweine getrunken, bewirkt es die schnellste und vorzüglichste Stärkung. Außer bei oben angeführten Uebeln von Schwäche, hat es sich noch besonders wirksam gezeigt in verschiedenen Arten von rheumatischen und katarrhalischen Uebeln;

daher

daher rührenden langwierigen Kopfschmerzen, Halsübeln und Schmerzen in andern Gliedern; bei langwierigem Stockschnupfen, bei schleimiger Engbrüstigkeit und Schleimhusten, auch im Anfange der schleimigen Lungensucht. Auch bei Hämorrhoidalbeschwerden hat es sich sehr wirksam gezeigt.

Es ist keine Einrichtung hier, Badegäste aufzunehmen, sondern das Wasser wird blos verschickt. Dieses Wasser hält sich sehr gut und wird weit verfahren; man hat es nicht nur nach Rußland, sondern auch nach Ostindien geschickt.

Schwalbach, in der Niedergrafschaft Katzenellenbogen, zu Hessen-Rheinfels gehörig, 3 Meilen von Mainz. Es enthält dieses Wasser wenig feste Bestandtheile, aber eine beträchtliche Menge Brunnengeist. Es ist daher ein sehr leichtes angenehmes Mineralwasser. Innerlich gebraucht, kömmt es in seiner Wirkung mit dem Fachinger Wasser überein, nur ist es nicht ganz so wirksam. Seine äußerliche Anwendung ist bei den oben angeführten Uebeln von Schwäche zu empfehlen.

Eger in Böhmen. Es geben die daselbst vorhandenen Quellen ein angenehmes, gutes, leichtes Stahlwasser. Nur Schade, daß die Anstalten daselbst so schlecht sind; man trifft

daher sehr wenig Badegäste daselbst. Auch bei Verwahrung desselben zur Versendung wird nicht die gehörige Vorsicht gebraucht, daher es meistens kraftlos an Ort und Stelle kömmt. Es ist eines von den Stahlwässern, welche bei ihrer stärkenden Wirkung zugleich vorzüglich auflösend sind, und wird daher besonders bei Verschleimungen empfohlen. Es ist auch gegen den Bandwurm mit Nutzen angewendet worden.

Kissingen in Franken. Ein sehr angenehmes, erfrischendes und auflösendes Stahlwasser, das in seiner Wirkung ganz mit dem Fachinger übereinkömmt.

Hofgeismar im Hessischen. Ein den vorigen ziemlich gleichkommendes, doch weniger wirksames Stahlwasser. Zum Bade wird es besonders bei langwierigen Geschwüren und gichtischen Zufällen empfohlen.

Rehburg, in dem zum Herzogthum Calenberg gehörenden Amte Rehburg, 4 Meilen von Hannover, in einer sehr angenehmen Gegend. Es ist Schade, daß das übrigens wirksame Wasser, durch einen 900 Fuß langen Stollen, an den Ort seiner Bestimmung geleitet werden muß, wodurch es einen großen Theil seines Eisengehaltes, und fast allen seinen Brunnen-

geist verliert. Es gehört zu den gelinde wirkenden Stahlwässern, und kann sehr gut bei schwächlichen Kranken als Vorbereitungsmittel zu dem Gebrauche der stärkeren Mineralwässer angewendet werden.

Die Einrichtungen für die Kurgäste sind hier sehr gut. Auch fehlt es nicht an Vergnügungen, und man lobt sehr den daselbst herrschenden geselligen Ton.

Godesberg, in der Nähe von Bonn. Ein angenehmes leichtes Stahlwasser, das viel Brunnengeist enthält, und daher einen prickelnden säuerlichen Geschmack, wie Champagner, hat. Es hat im Geschmack und auch in seiner Wirkung fast alles mit dem Egzer Sauerbrunnen gemein.

Cleve am Rhein, unweit Emmerich und Nimwegen. Ein nicht sehr wirksames Stahlwasser, wegen seinem geringen Gehalt an festen Theilen sowohl als an Brunnengeiste. Der Gesundbrunnen liegt in dem trefflich angelegten Thiergarten unweit Cleve; überhaupt ist die ganze umliegende Gegend eine der schönsten, die man finden kann. Die Anzahl der Kurgäste ist nicht beträchtlich; es wird größtentheils von den benachbarten Holländern besucht.

## 2. Starke Stahlwässer.

Pyrmont, im Waldeckischen, in einer sehr anmuthigen Gegend. Die vorzüglichsten Mineralquellen sind: der Trinkbrunnen, der Badebrunnen, der Säuerling, der Urubrunnen, der Augenbrunnen und die Salzquelle.

Der Trinkbrunnen enthält das vorzüglichste und stärkste eisenhaltige Mineralwasser, was wir haben. Für schwächliche Personen ist es oft zu stark, um gleich anfangs vertragen zu werden; diese müssen daher erst ein leichteres Stahlwasser brauchen. Das Wasser ist vollkommen klar und helle, im Glase setzen sich rund herum Perlen an. Der Geschmack ist etwas scharf, weinsäuerlich, erquickend und angenehm, hinterher dintenhaft. Man verordnet es besonders gegen Stockungen in den Eingeweiden des Unterleibes, Schwäche des Magens und der Gedärme, bei Neigung zu Diarrhöen, Blähungen, Schwindel, Aengstlichkeit; bei kränklicher Empfindlichkeit und Reizbarkeit, daher bei Hypochondrie, Hysterie, Neigung zu Bauchgrimmen; bei Magenschwäche und Magenkrämpfen ganz vorzüglich. Auch ist es sehr zu empfehlen gegen den weißen Fluß und die Feh-

ser der monatlichen Reinigung, bei Bleichsüchtigen und schwächlichen Frauenzimmern, gegen den Nachtripper und häufigen Samenverlust schwächlicher Männer.

Der Säuerling gehört zu den leichtesten und angenehmsten Mineralwässern, die wir haben. Sein Stahlgehalt ist ganz unbedeutend; es wird daher gemeiniglich nur als ein erquickendes, kühlendes Getränk bei den Brunnenkuren gebraucht.

Auch der Urubrunnen ist ein sehr leichtes, mehr auflösendes Stahlwasser, von angenehmen Geschmack, besonders mit Wein. Da er auflösende und gelinde abführende Kräfte besitzt, so kann er sehr gut als Vorbereitungsmittel zu der eigentlichen Kur vom Trinkbrunnen dienen, wenn dieser wegen Schleimanhäufung und andern Ursachen, nicht gleich anfangs vertragen wird.

Der Salzbrunnen gehört gar nicht unter die stärkenden Wässer; er enthält gar kein Eisen, und besitzt blos gelinde abführende und auflösende Kräfte.

Der Badebrunnen enthält sehr viele feste Bestandtheile, und hat auch einen sehr beträchtlichen Stahlgehalt. Das Was-

ser ist etwas trübe, und wird bei den genannten Uebeln neben der Trinkkur blos zum Baden gebraucht.

Der Augenbrunnen wird, neben der gewöhnlichen Bade- und Trinkkur, gegen Fehler der Augen von Schwäche gebraucht.

Man trinkt von dem Pyrmonterbrunnen des Morgens gewöhnlich zwischen fünf und neun Gläser, von denen eins etwa ein halbes Nösel hält. Am besten ist es, das Wasser in dem Maße zu trinken, daß es nicht blos auf den Urin, sondern auch einigemal auf den Stuhl wirke.

Lauchstädt, im Stifte Merseburg; ein an Eisentheilen ziemlich reichhaltiges Mineralwasser. Es ist vollkommen klar und helle; beim Eingießen in das Glas perlt es stark; der Geschmack ist etwas säuerlich und eisenhaft. Es hat weniger auflösende Kräfte, wie das Pyrmonter Wasser, ist aber sehr stärkend; daher wird es besonders mit Nutzen bei eben erwähnten Uebeln von Schwäche und Erschlaffung der festen Theile angewendet. Besonders leistet es in diesen Krankheiten, als Bad angewendet, treffliche Dienste. Es ist auch daselbst ein Tropfbad eingerichtet.

Driburg, im Hochstift Paderborn, 4 Meilen von Pyrmont; ein sehr angenehmes, kräftiges Mineralwasser, das dem Pyrmonter an stärkenden Kräften nicht viel nachgiebt, ob es schon leichter vertragen wird, und noch mehr auflösende Kräfte besitzt. Dieses giebt ihm den Vorzug in Verstopfungen der Eingeweide des Unterleibes und in den darin hauptsächlich ihren Grund suchenden Arten der Hypochondrie und Hysterie. Wegen seiner stärkenden Kräfte ist es nicht minder in den andern Krankheiten von Schwäche zu empfehlen. Die Einrichtungen für Badegäste sind hier sehr gut, und man findet hier immer sehr angenehme Gesellschaft.

Brückenau, im Fuldaischen, 3 Meilen von Fulda. Es sind hier drei Mineralquellen, die Brückenauer, Wernarzer und Sinnberger. Die Brückenauer ist die stärkste an Brunnengeist und Eisengehalt; das Wernarzer Wasser ist leichter, aber vorzüglich angenehm im Geschmack.

Wenn das Wasser aus der Brückenauer Quelle recht frisch und schnell hintereinander getrunken wird, so macht es eine flüchtige Berauschung. In guten Krügen wohl

verwahrt hält es sich lange und läßt sich weit verfahren. Das Brückenauer Wasser ist ein leicht zu vertragendes, angenehmes, sehr stärkendes Heilmittel. Es wurden durch selbiges oft die hartnäckigsten oben genannten Krankheiten aus Schwäche gehoben. Besonders hat es sich vor mehrern andern Stahlwässern bei entnervten Mannspersonen heilsam gezeigt, welche den Ausschweifungen in der Geschlechtsliebe, besonders der Selbstbefleckung, ihre Schwäche zu verdanken hatten. Frauenzimmern mit sehr reizbaren, empfindlichen Nervensystemen, bekömmt besonders das Bad von diesen Stahlwässern sehr gut. Das Wernarzer Wasser gehört unter die leichten Stahlwässer, und ist trefflich, um auf den Gebrauch stärkerer Stahlwässer vorzubereiten. Das Sinnberger Wasser hat noch weniger feste Bestandtheile, und ist noch leichter als das Wernarzer.

Spaa, im Bißthum Lüttich. Die daselbst befindlichen Quellen liefern eines unsrer vorzüglichsten Mineralwässer; doch liefert der Pouhonter Brunnen das stärkste und wirksamste. Das Wasser hat einen eisenhaften, aber angenehmen, erfrischenden, geistigen Geschmack. Neben seiner

vorzüglichen Wirkung in allgemeiner Schwäche und Erschlaffung des Körpers, hat es auch auflösende Kräfte und äussert besonders treffliche Wirkung gegen Säure im Magen und Sodbrennen. Außer in den schon angeführten Uebeln, wo auch die andern Stahlwässer empfohlen sind, wird es auch wegen seiner auflösenden und urintreibenden Kräfte, bei Steinbeschwerden und Gries in den Urinwegen, vorzüglich aber bei Anlage zu Nierensteinen, mit Vortheil angewendet. Die Einrichtungen für Kurgäste sind sehr gut, besonders ist für sehr zweckmäßige Vergnügungen gesorgt.

Wildungen, im Waldeckischen. Die hier befindlichen Mineralquellen geben ein mit dem Spaawasser sehr nahe übereinkommendes Mineralwasser, welches jedoch wegen dem geringen Gehalte seiner festen Bestandtheile ihm in der Stärke seiner Wirkung nicht ganz gleich zu schätzen ist. Es wird indessen in eben der Absicht, wie das Spaawasser, mit Nutzen angewendet.

Bayerische StaatsBibliothek
Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Meyer, Johann Christian

Der Rathgeber vor, bei und nach dem Baden oder Anweisung zu einer zweckmäß
igen Benutzung aller Arten von Bädern zum Gebrauch für Gesunde und Kranke,
welche sowohl zu Hause als an öffentlichen Badeorten die Vortheile des
Bades genießen wollen

Pirna [1805?]

Regensburg, Staatliche Bibliothek -- 999/Med.856
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11106818-8
VD18 12591653-001